अलौकिक शक्तियां आसमान से नही टप-
कती हैं, वह हमारे पास हैं। आश्चर्य तो
यह है कि हम उनको न पहिचान पाते हैं,
न उनका उपयोग कर पाते हैं।

प्रत्येक मनुष्य में अलौकिक शक्तियों का
भंडार भरा पड़ा है। इनके बल पर वह
सब कुछ कर सकता है। आवश्यकता है,
वह इनका सदुपयोग कर सके।

स्वेट मार्डन की पुस्तक 'मिराकल्स इनह्यूमैन' का प्रामाणिक रूपान्तर

अलौकिक शक्तियां

स्वेट मार्डन

●

रूपान्तर—गोविन्दसिंह

साधना पॉकेट बुक्स

अनुक्रम

प्रत्येक व्यक्ति में अलौकिक शक्तियां हैं,
आवश्यकता केवल उनको जानने की है।

—इमर्सन

कामनाएं

अपने जीवन में भला ऐसा कौन-सा मनुष्य है, जो सुख नहीं चाहता, धन नहीं चाहता, सुन्दर पत्नी की कामना नहीं करता है; राजाओं के जैसे ठाठ-बाट न चाहता हो। सब इसकी इच्छा करते हैं और अहर्निश स्वप्न देखते हैं। इसके बावजूद शायद ही कोई इच्छा पूरी हो पाती है, कामनाएं धरी-की-धरी रह जाती हैं और मनुष्य अभावों में, परिस्थितियों में जूझता रह जाता है। निरन्तर संघर्ष के उपरान्त भी लगभग वह कुछ नहीं पाता है।

हमेशा उसकी इच्छा रहती है कि उसे कोई अलौकिक शक्ति मिल जाये और फलतः वह अपनी कामनाएं पूरी कर सके। इसी लोभ के कारण वह ज्योतिषियों, तांत्रिकों, साधुओं के पीछे भागता है। अपना राशिफल पढ़ता है। वह बराबर खोज में लगा रहता है कि उसको ऐसा कुछ मिल जाये। शायद ही ऐसा कोई चमत्कार किसी की जिंदगी में होता है। मैंने

तो आज तक नहीं देखा है। सुना बहुत है। सुनी बात का मेरे लिये कोई मूल्य नहीं है। यथार्थवादी होने के कारण मैं इस सब पर विश्वास नहीं करता। मेरा तर्क है कि बिना कारण के कुछ उत्पन्न नहीं होता है। अलौकिक शक्ति नाम की कोई चीज नहीं है।

अगर है भी तो वह स्वयं हमारे भीतर है।

मनुष्य स्वयं अलौकिक शक्तियों का भंडार है।

प्रत्येक मनुष्य में एक-से-एक चमत्कारिक गुण हैं और जब वह इनमें से कोई गुण पकड़ लेता है, तो उसके जीवन का कायाकल्प हो जाता है। अलौ-शक्ति का पुंज स्वयं हम हैं ? आश्चर्य है कि हम इन सबको तलाश बाहर करते हैं और दर-दर मारे-मारे फिरते हैं। देवी-देवताओं, साधु-फकीरों की मिन्नतें, पूजा-पाठ करते फिरते हैं। यह तो वैसी ही कहावत हो गयी कि एक गांव में एक औरत शोर मचाने लगी, "मेरा लड़का कहां गया ? अरे ! मेरा लड़का कहां है।" उसका शोर सुनकर लोगों का ध्यान गया। उस औरत को देखकर वह सब ठठाकर हंसने लगे।

"अरी बावरी ! तेरा लड़का तेरी गोद में है।"

सचमुच वह अपना लड़का अपनी गोद में लिये थी, पर भूल गयी थी।

यही दशा हमारी है।

जब हम अलौकिक शक्ति की बाहर तलाश करते हैं, तो ईश्वर हमारे ऊपर खिलखिलाकर हंसता है। उसने तो अपनी ओर से सारी अलौकिक शक्तियां हमको दे रखीं हैं और हम बावरे बनकर उनकी तलाश में उक्त ग्रामीण महिला की भांति घूमते फिर रहे हैं।

है न आश्चर्य की बात !

मानव जीवन का इससे बड़ा उपहास और क्या हो सकता है। बार-बार मैं इस पर विचार करता हूं कि आखिर ऐसा क्यों होता है ? वास्तव में हम कायर या खुले शब्दों में कहूं कामचोर हैं। हम मुफ्त में, हराम में अपनी कामनाएं पूरी करना चाहते हैं। हमारे दुःखों-संकटों, परेशानियों, उलझनों, दुःख-दर्द का मूल कारण यही है। हमारे ही अपने जीवन के क्रियाकलाप इसके प्रमाण हैं। हमारी जेब में सौ का नोट पड़ा रहता है, पर रास्ते में हमको एक छोटा-सा भी सिक्का पड़ा मिल जाये तो उसे उठा लेते हैं।

क्यों उठा लेते हैं?

वह मुफ्त का होता है।

मेरा एक मित्र है, वह मनुष्य जीवन का बड़ा पारखी है। उसका अपना कारोबार है। उसके हाथ के नीचे सैकड़ों कर्मचारी काम करते हैं। आश्चर्य की बात है कि उसके कर्मचारी निष्ठावान हैं। एक बार मैंने पूछा, "तुम्हारे पास इतने निष्ठावान कर्मचारी कहां से आ गये? कैसे रखा तुमने इनको?"

मेरी बात पर वह हंसने लगा।

उसने बतलाया कि जब उसे कोई कर्मचारी अपने संस्थान में रखना होता है, तो वह उसके लिये विज्ञापन नहीं देता है और न ही किसी से चर्चा करता है। स्वयं तलाश कर रख लेता है। उसने अपने संस्थान में एक खजांची रख छोड़ा है। हर समय उसके पास हजारों डालर होते हैं, पर क्या मजाल एक भी डालर कम पड़ जाये या हेरी-फेरी हो जाये।

"खजांची को मैंने खोजकर रखा है।"

"शायद उसके बारे में पता करके रखा होगा।"

"नहीं। अपने संस्थान में रखने से पहले मैं उसको पहिचानता तक भी न था।"

"तब किसी मित्र की सिफारिश पर रखा होगा?"

"नहीं श्रीमान! मैंने स्वयं तलाश कर रखा है।"

"वह कैसे?"

तब उसने जो बतलाया वह पेश है।

अपने संस्थान के लिये उसे ईमानदार खजांची की आवश्यकता महसूस हुई। अब तक वह स्वयं इस काम को करता आ रहा था। अब उसके पास इतना समय न था। वह एक सुबह चुपचाप निकला। सड़क पर आ गया। उसने दस डालर का एक नोट सड़क पर डाल दिया। नोट डालकर एक ओर खड़ा हो गया। जब कोई उसे उठाने के बाद लेकर चलता बनने का प्रयत्न करता तो वह लपककर नोट उठा लेता था।

"नोट मेरा है।"

वह नंबर बतला देता था।

लगभग नजर पड़ने वाला हर राहगीर ऐसा कर रहा था। कुछ देर

बाद एक युवक निकला। उसने इधर-उधर देखा। नोट पहले देख चुका था। उसे उठाकर वह तुरन्त पास में तैनात कांस्टेबिल के पास गया।

"श्रीमान ! यह किसी का गिर गया है। इसे उचित अधिकारी को दे दें। पता न चलने पर सरकारी खजाने में जमा करा दें।"

उसने लपककर उस युवक को थैंक किया।

उसका नाम पता पूछा। फिर पूछा, "तुम्हारी जेब में क्या दस डालर से ज्यादा रकम है ?"

"नहीं श्रीमान ! केवल एक डालर पड़ा है। मैं बेरोजगार हूं। नौकरी की तलाश है !"

आगे कुछ न पूछ वह चला आया। उस युवक के पते पर उसे अपने संस्थान का खजांची नियुक्त कर पत्र भेज दिया। पत्र लेकर आने वाला वह बेरोजगार व्यक्ति उसे पहिचान कर हैरान रह गया।

"अरे···आप···आप तो···"

"हां ! तुम्हारी मुझे तलाश थी।"

उसे अपने यहां काम पर रख लिया। उसकी परख एकदम ठीक थी। वास्तव में वह युवक ईमानदार था। उसकी परीक्षा ले चुका था वह। उसका अनुमान गलत था। इसी प्रकार परखकर उसने अपने अन्य कर्मचारी रख छोड़े थे। वह स्वयं भी अत्यन्त दीन-हीन-दशा से उठकर अपने बलबूते पर इतना बड़ा संस्थान बना सका था। बचपन में वह गडेरिया था। पहले भेड़ें चराया करता था।

अब आप मेरे मित्र को अलौकिक शक्ति सम्पन्न व्यक्ति मान सकते हैं।

मैं नहीं मानता।

यह उसका एक विशेष गुण है।

वास्तव में किसी व्यक्ति के विशेष गुण ही उसको अलौकिक शक्ति सम्पन्न बनाते हैं। यह गुणकारी चमत्कार है। जब कोई व्यक्ति इस प्रकार के गुणों के कारण कुछ कर गुजरता है, तो उसको जानने वाले आश्चर्य व्यक्त करते हैं। दूसरों के लिये ऐसे व्यक्ति का गुण अलौकिक शक्ति बन जाया करता है।

वास्तव में मनुष्य के गुणकारी काम ही अलौकिक शक्तियां हैं।

प्रत्येक मनुष्य में गुण होते हैं। ऐसी बात नहीं है कि बाकी गुणहीन

रहते हैं। गुण भव्य हैं, पर गुण एक विशाल इमारत की कोठरियों के समान हैं। जिन लोगों ने कोठरियों खोल ली हैं, उनके गुण उजागर हो गये हैं और वह सब अलौकिक शक्ति बनकर उसके जीवन को कामनाओं की पूर्ति कर रहे हैं। जिन लोगों ने कोठरियों को खोला ही नहीं है, उनके बारे में क्या कहा जा सकता है। उपरोक्त महिला की भांति हैं वह कि बच्चा तो गोद में है और उसकी सर्वत्र तलाश हो रही है।

जीवन की कामनाएं यूं ही पूरी नहीं होती हैं।

उनके लिए गुण रूपी अलौकिक शक्तियां आवश्यक हैं। उनका उपयोग आवश्यक है। यह शक्तियां सभी मनुष्यों में है। बस ! केवल कोठरियों के द्वार खोलना है। कोठरियों के द्वार खोलने के लिये विशेष योग्यता, शिक्षा, परिवार की पृष्ठभूमि आदि आवश्यक नहीं है। हर वर्ग, हर श्रेणी का व्यक्ति इस प्रकार की कोठरियों को खोल सकता है, बशर्ते कि वह इच्छा रखता हो।

कामनाएं हमारी, वासनाएं बनकर हमको ललचाती रहती हैं।

हम अच्छा सुखी जीवन चाहते हैं।

अच्छा भोजन, अच्छे कपड़े, अच्छा रहन-सहन, अच्छी पत्नी, अच्छा मकान, अच्छा पैसा चाहते हैं। हमारी कामनाएं बहुत हैं। मनुष्य का शरीर जर्जर हो जाता है, एकदम टूट जाता है, पर कामनाएं नहीं मरतीं। संतों का कथन है कि कामनाएं नहीं मरतीं हैं, शरीर मर जाता है। यह एक सत्य है। हमारी कामनाएं अनन्त हैं। एक कामना पूरी होती है, तो दूसरी के लिये हम ललक उठते हैं। यह प्रत्येक मानव का स्वभाव है। कोई भी मानव इसका अपवाद नहीं है। हर आदमी कामनाओं और लालसाओं की गठरी लादे फिर रहा है और उसकी कल्पनाएं कामनाएं मात्र शेखचिल्ली बनकर रह जाती हैं। अधिकांश का यही हाल होता है।

इस विराट विश्व की आबादी का एक बहुत बड़ा भाग मनुष्य की सीमा रेखा से भी निम्न स्तर का जीवन जी रहा है। गरीबी की रेखा से भी निम्न स्तर है। उनका मन भी कामनाएं लिये हैं, लालसाओं से भरा पड़ा है, पर वह तो जीवन-भर ऐड़ियां रगड़-रगड़कर मर जाते हैं, उनकी तमन्नाएं उनके साथ ही दफन हो जाया करती हैं। आखिर ऐसा क्यों होता है। इसका अपना सीधा-सा कारण है कि उनमें जो अलौकिक शक्तियां

होती हैं, वह शांत रही आती हैं। उनको यह जानने का प्रयत्न ही वह नहीं किया करते।

लार्ड टामस की एक घटना का जिक्र करूं।

लोग उनको आधा पागल, झक्की, सनकी मानते थे। उनका व्यवहार ही कुछ इस प्रकार का होता था। मैं ऐसा नहीं मानता था।

एक घटना का वर्णन करूं।

एक सुबह एक अत्यन्त दयनीय दशा वाला आदमी उनके पास आया। वह शायद भूखा भी था। तन पर फटे-मैले कपड़े थे। उसने याचना की, खाना मिले या कुछ पैसा।

लार्ड टामस क्रोध में आ गये। उसको कसकर एक थप्पड़ मारा।

"निकल यहां से।"

वह रोता हुआ, घबराया भाग गया। अब आप या और लोग लार्ड टामस के इस व्यवहार को क्या कहेंगे? पागलपन, झक्की, पर मेरे ख्याल से लार्ड टामस का यह काम एकदम ठीक था। उस भिखमंगे को थप्पड़ मारकर ठीक किया। ऐसे लोगों को भीख देकर हम उनको निष्कृष्ट जीवन व्यतीत करने के लिये प्रोत्साहन देते हैं। सरलता से भीख पाकर इस प्रकार के लोग अपने को संतुष्ट कर लेते हैं। ऐसे लोगों का जब पग-पग पर अपमान किया जायेगा, तब वह घबराकर इस प्रकार का निष्कृष्ट कर्म अवश्य त्याग देंगे।

आखिर लोग भीख क्यों मांगते हैं?

इसका कुछ भी कारण हो, भीख मांगना अपराध है। अपंग और कोढ़ी भी श्रमकर उदर पालन कर सकते हैं। इस प्रकार की आज व्यवस्थाएं है।

लार्ड टामस ने ठीक किया। आप स्वयं इस कटु सत्य का अनुभव करेंगे। इस प्रकार की प्रवृतियों की समाप्ति आवश्यक है।

दुनिया के अधिकांश लोग गरीबी की रेखा तले पिसकर अपनी कामनाएं लिये दफन हो जाते हैं। इसके लिये कोई और नहीं, वह स्वयं जिम्मेदार हैं। आखिर कामनाएं क्यों नहीं पूरी कर पाते? खाना, कपड़ा मकान के लिये क्यों तरसते हैं? इसमें उनका दोष है। संसार का कोई भी मेहनतकश आदमी भूखों नहीं मर सकता है। साधनों की कमी, अपनी कामचोरी

पर पर्दा डालने का प्रयास है। मनुष्य चाहे तो अपनी प्रत्येक कामना पूरी कर सकता है। परमपिता परमेश्वर ने उसे इस योग्य बनाया है। अब वह ईश्वर प्रदत्त अपनी इस योग्यता का उपयोग न करे, तो इसमें दोष किसका है ?

कवि टेनीसन ने नवयुवकों के बीच एक व्याख्यान में बड़ी अच्छी बात कही—हम मनुष्य हैं और हमारे साथ सबसे बड़ी कठिनाई या समस्या यह है कि हम सरलता से हर काम का फल पाना चाहते हैं। अपनी हर कामना को हम हाथ-पर-हाथ रखकर पूरी देखना चाहते हैं। वास्तव में टेनीसन का यह कथन एकदम सत्य है। हमारी कामनाएं हैं, पर हम चाहते हैं कि हमारे हाथ में जादू की छड़ी हो और हम उसे घुमाकर मनःकामना पूरी कर लें। खुल जा सिम-सिम ! अली बाबा की तरह खजाना खुल जायें··· अलौकिक शक्ति आये, हमारा स्वप्न बन जाये ! इसी स्वप्न को लिये-लिये हम ऐड़ियां रगड़कर मर जाते है। कामनाएं हमारे साथ अतृप्त ही चली जाती हैं।

दूसरी ओर प्रायः सभी मानव शास्त्रज्ञों, मनोविदों और प्रेरणात्मक साहित्य के रचनाकारों का कुछ इस प्रकार का कथन है कि हमारी ऐसी कौन-सी मनोकामना है, कामनाएं हैं, जो पूरी नहीं हो सकती हैं। सबकी पूर्ति हो सकती हैं।

देखा आपने।

सिक्का एक, पहलू दो। एक हां का, हर कामना पूरी हो सकती है। दूसरा, कामनाएं अधिक लिये मनुष्य ऐड़ियां रगड़-रगड़कर मर जाता है।

सिक्का एक।

पहलू दो···

दोनों एक-दूसरे के विपरीत ?

सत्य क्या है ?

इसी सत्य का अन्वेषण करना आवश्यक है।

क्या कारण है कि हमारी कामनाएं पूरी नही होती हैं।

खलील जिब्रान नामक एक लेखक लिखता है, मनुष्य की सब अपनी कामनाएं पूरी नहीं होती हैं, तो वह भाग्य को, ईश्वर को दोष देने लगता है। वह इस बात को महसूस ही नहीं करता है कि इसके लिये वह स्वयं

पूर्ण रूप से जिम्मेदार है। भला इसमें ईश्वर का क्या दोष है ! ईश्वर ने मनुष्य के रूप में पूरा शरीर दिया, दिमाग दिया। और क्या दे ईश्वर ! यही उसका बड़ा एहसान है कि उसने हमको अपंग नहीं किया है। हम पूर्ण रूप से मनुष्य हैं। अब क्या हमारी कामनाओं का भी ठेका भगवान ने ले रखा है···? ईश्वर ने अपनी रचना प्रकृति की सृष्टि के माध्यम से सारे भंडार बना छोड़े हैं और सबके सब खुले पड़े हैं। अब यह हम पर है कि हम इसमें से क्या ले सकते हैं ?

सोना-चांदी, हीरे-मोती, जवाहरात, अन्न, कोयला, पैट्रोल, तेल, लकड़ी, ईश्वर की प्रकृति ने क्या नहीं दे रखा है। उसी के द्वारा प्रदत्त भंडार से हम जीवित हैं और करोड़ों लोग शानदार जीवन जी रहे हैं।

रही भाग्य की बात।

भाग्य का भी दोष नहीं है।

एक घटना मुझे याद आती हैं। दक्षिण अफ्रीका के जोहान्सबर्ग में सोने की खदानें हैं। वहां लोग ठेके पर जमीन लेकर सोना निकालते हैं। विलियम स्टीवर्ड ने जमीन का ठेका लिया। ढेरों खुदाई की पर एक कण सोना न मिला। हारकर ठेका छोड़ चला गया। उसी जमीन का ठेका एक और ने लिया। दस फीट पर ही सोने की परतें निकल आयीं।

इसे आप क्या कहेंगे ?

भाग्य···

मैं नहीं मानता। विलियम स्टीवर्ड ने हिम्मत हार दी। छोड़कर चला गया। अगर वह हिम्मत न हारता तो क्या यह परत उसको न मिलती ? हिम्मत हारने वाला रोता ही है। चींटी को देखिये। गिरती है, चढ़ती है, चढ़ती है, गिरती है···पूरी पुस्तक में यही शब्द लिखे जायें और चींटी वास्तव में उतनी ही बार गिरे तो भी वह हिम्मत न हारेगी। अन्ततः आप देखेंगे कि वह सफल हो गयी। कहां रह गयी आपकी बात ! असल कारण हिम्मत हारना है। कोलम्बस ने हिम्मत हार दी होती तो अमेरिका का उस समय पता न चलता। जेपलीन ब्रदर्स हिम्मत हार गये होते तो आज हवाई जहाज न होते। एडीसन अल्वा हार गया होता हिम्मत···तो आज टेलीफोन···टेलीग्राम···बिजली न होती···यहां भाग्य कहां है !

अतएव खलील जिब्रान का कथन ठीक है। हमारी कामनाएं अगर

पूरी नहीं होती हैं, तो इसके लिए न ईश्वर दोषी है, न ही भाग्य।

दोष केवल हमारा है। केवल हम ही जिम्मेदार हैं।

यह एक तर्कसंगत बात है।

आप इससे इंकार नहीं कर सकते हैं!

सत्य शायद कड़ुआ होता है। इस कारण यह बात आपके गले ही न उतरे, पर है जीवन का यथार्थ। गंभीरता से जब आप इस पर विचार करेंगे तो आप इसे स्वीकारेंगे।

कामनाएं असंख्य हैं। हर मनुष्य की अपनी-अपनी कामनाएं होती हैं।

कामनाएं दो प्रकार की होती हैं। अच्छी और बुरी। अपना भला सोचना अच्छी कामना है। शत्रु का अहित करने की कामना है। बुरी कामना का परिणाम बुरा है। हमारे मानव जीवन में आश्चर्य की बात है। बुरी कामना बड़ी ही जल्दी पूरी हो जाती है। उसमें न तो विलम्ब लगता है और न ही विशेष परिश्रम। अच्छा आदमी बनने में वर्षों का समय लग जाता है। आदमी एक घंटे में बुरा बन सकता है। किसी सुन्दरी का प्यार महीनों के प्रयास के बाद भी पाने की आशा क्षीण रहती है जबकि उसके साथ बलात्कार दो मिनिट में हो जाता है।

सोने या हीरे का हार शायद कोई आदमी बरसों की मेहनत के बाद भी न बनवा पाये, पर चुरा सकता है थोड़े-से समय और प्रयास में!

बुरी कामनाएं तत्काल पूरी होती हैं।

यह मानव जीवन की विचित्रता है।

आखिर इसका कारण क्या है! बुरी कामना फौरन पूरी होती है और अन्ततः उसका बुरा फल भी भोगना पड़ता है।

अच्छी कामना में समय ही नहीं लगता, वरन् बेहद परिश्रम भी अधिक करना पड़ता है। फिर बीच में हिम्मत छोड़ दी गयी तो वह धरी रह जाती है। इसी कारण अच्छी कामनाएं याने शुभ कामनाएं विलम्ब से पूर्ण होती हैं। घोर परिश्रम भी आवश्यक है।

आपकी क्या कामनाएं हैं? उन पर विचार करें। फिर उनकी रूप-रेखा बनायें। तब कार्य योजना···इस प्रकार अपना रास्ता बनाएं। रास्ता लंबा और कठिन भी हो सकता है। इस प्रकार योजनाबद्ध ढंग ही आपमें अलौकिक शक्ति को जन्म दे सकता है। यह शक्ति आपमें है। आप इसको

जाग्रत कर सकते हैं।

इमर्सन का कथन है, मनुष्य अलौकिक शक्तियों का भडार है। इसी भडार के वल पर वह जल और नभ की सैर कर रहा है। क्या यह काम कम अलौकिक है ! मनुष्य अपनी अलौकिक शक्तियों का मालिक है। यह दुःख की वात है कि हममें से अधिक इनको जानते ही नहीं हैं। वह हमारे में ही सुप्त पड़ी हुई है। उनको जाग्रत कर ही नहीं पाते हैं। यदि हम ऐसा नही करते तो हमारी कामनाएं पूरी नहीं हो सकती हैं। हम केवल सपना ही देखते रह जायेंगे। कामनाएं धरी-की-धरी रह जायेंगी।

क्या कामनाएं हैं आपकी ! उन पर सोचें और आप निश्चय ही उनको पूरा कर सकते हैं। अपनी ईश्वर प्रदत्त अलौकिक शक्तियों को जाग्रत करिये। तब आप देखेंगे कि वह पूरी हो रही हैं। साकार हो रही हैं। यह सत्य है। इसके लिये आपको भाग्यवादी नहीं है। अपनी शक्ति का प्रयोग करना पड़ेगा। आप अपने वल पर सव कुछ पा सकते हैं। यह एक ध्रुव सत्य है। कामनाएं अवश्य पूरी होती हैं।

जादुई छड़ी

हाथ की सफाई दिखलाने वाले अर्थात् जादूगरों के पास एक छड़ी होती है। उसे वह 'जादुई छड़ी' कहते हैं। उस छडी के इशारे पर वह नाना प्रकार के करतब दिखलाते हैं। हम सब आश्चर्य करते है और यह इच्छा करने लगते हैं काश ! हमारे पास भी ऐसी ही एक छड़ी होती।

जादुई छड़ी।

इस जादुई छड़ी के बल पर तब सब कुछ हम सरलता से प्राप्त कर लेते।

जादू की छड़ी घुमाते। नोटों का ढेर लग जाता। वाह ! वाह !! कैसी मधुर कल्पना है ! जो इच्छा करते, जादुई छड़ी उनको पलक झपकते ही पूरा कर देती ! वास्तव में तब इस दुनिया का यह रूप न होता जो हम आज देख रहे हैं।

जादूगर तो कमाल कर सकता है।

वह हाथ की सफाई से चकित कर देता है।

क्या इस प्रकार की छड़ी संभव है, वास्तविक जीवन में ?

अगर मैं कहूं कि हां तो शायद मुझे लोग सनकी, पागल की संज्ञा देने लगें, पर मेरा दावा है कि इस प्रकार की छड़ी हममें से प्रत्येक मनुष्य के पास है। अगर हम इसका उपयोग करें तो अपनी हर इच्छा पूरी कर सकते हैं। ऐसी कौन-सी इच्छा है, जो जादू की इस छड़ी के द्वारा पूरी नहीं हो सकती है !

सब कुछ हो सकता है।

यह छड़ी एक अलौकिक शक्ति है।

परमपिता परमात्मा ने इसे समान रूप से प्रत्येक व्यक्ति को दिया है। यह प्रत्येक व्यक्ति के पास है। प्रत्येक इसका मालिक है और अपनी-अपनी इच्छानुसार इसका उपयोग कर सकता है। यह उसकी क्षमता और बुद्धि पर निर्भर करता है कि वह कैसे, कितनी दूर तक और किस शक्ति के साथ उसका प्रयोग अपने लिये कर सकता है। यह तो प्रयोगकर्त्ता के विवेक पर निर्भर करता है।

एक बार मैं साउथ टैक्सा होटल में दोपहर का भोजन कर रहा था। तभी एक व्यक्ति वहां आया। बड़ी शानदार पोशाक पहिने और रौबीला। मेरे सामने वाली टेबिल पर वह भी दोपहर का भोजन करने लगा। उसका व्यक्तित्व बड़ा आकर्षण था। जब बेयरा मेरे पास आया, तो मैं अपनी उत्सुकता न रोक सका।

मैंने पूछा बेयरे से, "क्या तुम इस व्यक्ति से परिचित हो ?"

बेयरा मेरी बात पर मुस्कराया, "शायद आप बाहर से आये हैं।"

"तुम्हारा कहना ठीक है।—मैंने कहा, "मैं यहां अपने एक मित्र से मिलने आया हूं।"

"श्रीमान ! यह कल का कंगाल आज का लखपति राबर्ट लुडलो है। यदा-कदा यहां आता है।"

"कल का कंगाल ?"—मैंने आश्चर्य से पूछा।

"हां, श्रीमान ! पांच-छः साल पहले भीख मांगते मैंने इसे देखा है। एक बार मैंने इसे एक पौंड दिया भी था, गरम कोट मरम्मत कराने। ठंड से यह अधमरा हो रहा था। बहुत गिड़गिड़ाया था। मुझे दया आ गयी।

अब यह हाल है कि पच्चीस पौंड हर बार मुझे बख्शीश दे जाता है।"

यह सुनकर मैं चकित रह गया।

"क्या वह तुमको अभी भी पहचानता है?"

"बखूबी, महोदय! आते ही मुझे सैल्यूट करता है।"

राबर्ट लुडलो कौन था जानने के लिये मैं उत्सुक हो गया। बेयरे से जो कुछ पता लगा, वह इस प्रकार है।

राबर्ट लुडलो बिजली सप्लाई करने वाली कंपनी में एक साधारण क्लर्क था। उसका विवाह कैथरीन नामक युवती से हो गया। कैथरीन सुंदर चंचल थी। राबर्ट अपनी सीमित आय के कारण उसके नाज-नखरे बरदाश्त न कर सका। कैथरीन ने राबर्ट का साथ छोड़कर अपने पड़ोसी धनिक युवक से विवाह कर लिया। राबर्ट को बड़ी ठेस लगी। वह विक्षिप्त-सा हो गया। वह अपनी नौकरी में गलतियां करने लगा। बार-बार चेतावनियों के बावजूद वह गलतियां करता गया। फलत: नौकरी से निकाल दिया गया।

वह बेकार हो गया।

दर-दर भटकने लगा। नौकरी न मिली।

हालत गिरती गयी।

भीख मांगकर गुजारा करने लगा। फुटपाथें और बंद दुकानों का सामने वाला भाग उसके रात्रि विश्राम-स्थल बन गये। भिखमंगा राबर्ट बराबर भटक रहा था। कुछ उस पर दया करते, कुछ उसको दुत्कार दिया करते थे। एक दोपहर वह एक दरवाजे पर खड़ी गृहिणी के सामने जाकर रोटी के लिये गिड़गिड़ाने लगा। उस गृहिणी को दया आ गयी। उसने उसे सूखी डबल रोटियों के टुकड़े दिये। भूखा राबर्ट खाने लगा। फिर उसने पीने का पानी मांगा। दयालु गृहिणी ने पानी पिलाया।

फिर पूछा, "कुछ पढ़े-लिखे हो?"

"जी हां! बिजली सप्लाई कंपनी में क्लर्क था।"

गृहिणी ने उसे लाकर एक पुरानी, कुछ-कुछ फटी पुस्तक दी। कहा, "फुरसत के समय बैठकर इसको पढ़ लेना।"

राबर्ट ने पुस्तक ले ली। लापरवाही से आगे बढ़ गया।

पहले तो दो-चार बिस्कुटों के बदले उसने उस 'रद्दी' पुस्तक को बेचने का विचार किया, पर रुक गया। थकावट के कारण एक पार्क में बैठकर

पन्ने पलटने लगा। न जाने ऐसा क्या हुआ कि वह पूरी पुस्तक पढ़ गया। अपनी भूख-प्यास भूल गया। जब पुस्तक समाप्त हो गयी तो उसे मोड़कर जेब में रख लिया। उसका चेहरा तमतमा गया। जब पार्क से बाहर निकला तो उसकी मुट्ठियां कसी थीं। सिर उठा था। सीना तना था और आंखों में चमक थी।

उसने भीख मांगकर कुछ पैसे जुटाए। सड़कों पर अखबार और माचिसें बेचने लगा। भीख मांगना बंद कर दिया। कड़ा परिश्रम करने लगा। पैसा बचाता गया। किराये पर कोठरी ले ली। अच्छे कपड़े पहिनने लगा। फिर बिजली के उपकरण बेचने की दुकान करने लगा।

कुछ समय बाद उसने छोटा-सा कारखाना बिजली के उपकरणों को बनाने का खोल लिया। अब वही कारखाना विस्तार कर गया।

अब वह लखपति है।

राबर्ट लुडलो ने वह रद्दी सी किताब आज भी सुरक्षित रख छोड़ी है। वह उसकी बाइबिल है। वह किताब नहीं, उसके लिये जादू की छड़ी है।

आखिर, उस पुस्तक में ऐसा क्या था, जिससे राबर्ट भिखमंगे से लखपति बन गया।

उस पुस्तक को मैंने राबर्ट से मुलाकात करने के बाद देखा। उसका पहला ही सफा इस प्रकार का था—

"क्या आज तुम बेरोजगार हो, क्या तुम पैसे-पैसे को मुंहताज हो, क्या पैसों के कारण तुम्हारे परिजन तुमसे किनारा कर गये हैं? क्या तुम बहुत दुःखी हो और शायद भीख मांगकर जीवन यापन कर रहे हो। कहीं सहानुभूति, तो कही किस प्रकार का तिरस्कार, अपमान और घृणा का अनुभव करते हो। घबराओ नहीं, मैं तुमको एक जादुई छड़ी देता हूं। तुम इसका प्रयोग करो।

तुम्हारे पास दौलत होगी?

सुन्दर पत्नी होगी?

लोग तुम्हारा सम्मान करेंगे?

चलो उठो। पकड़ो। यह जादुई छड़ी।

और राबर्ट ने सचमुच उसमें वर्णित जादुई छड़ी पकड़ ली थी। उसे घुमाना शुरु कर दिया उसने और वह बराबर घुमाता रहा। सचमुच

चमत्कार हो गया। राबर्ट लुडलो का कायाकल्प हो गया। जो लिखा था, पुस्तक में वह पूरा उतरा। सच निकला। राबर्ट सुखी-सम्पन्न है। पहले से कहीं अधिक सुन्दर उसकी पत्नी है। देखा, आपने जादुई छड़ी का कमाल।

राबर्ट लुडलो आज उस महिला का बड़ा आभारी है। उसके पति को उसने अपने कारखाने का मैनेजर बना रखा है। अच्छा-खासा वेतन देता है और उसका बड़ा सम्मान करता है। जब मैं इस महिला से मिला तो उसने एक और आश्चर्यजनक बात मुझे बतायी।

वह चार बहिनों में सबसे छोटी है। तीन बहिनों का विवाह हो गया। सबकी सब सुंदर थीं। उसे कोई भी पसन्द न कर रहा था। वह सुंदर न थी। उसका चेहरा अनाकर्षक था। बहुत परेशान रहने लगी। अचानक यह पुस्तक हाथ में आयी। पढ़कर चकित रह गयी।

"तुम्हारे हाथ में एक जादू की छड़ी देता हूं। तुम इसका प्रयोग कर सुन्दर आकर्षक बन सकते हो।"

बस! उसने भी जादू की छड़ी थाम ली।

उसे घुमाया। सुन्दर आकर्षक हो गयी। एक बार पहले उसने एक युवक की ओर हाथ बढ़ाया था, पर वह मुंह फेरकर चला गया। अब युवक उसके लिये तरसने लगे। अन्ततः उसने यह विवाह कर लिया।

राबर्ट लुडलो की हालत देखकर उसे दया आ गयी। उसने पुस्तक दे दी। शायद उसका भी जीवन बन जाये। वह पढ़ा-लिखा था ही। चमत्कार हो गया।

उसका कथन ठीक था। वास्तव में वह जादू की छड़ी ही है। ईश्वर ने प्रत्येक व्यक्ति को इस प्रकार की छड़ी दी है। दुर्भाग्य यह है कि हर एक व्यक्ति इसको घुमा नहीं पाता है; क्योंकि इसके लिये परिश्रम करना पड़ता है। बस! यही प्रयत्न न करना जादू की छड़ी को निष्क्रिय कर देता है।

आखिर यह जादू की छड़ी है क्या?

यह छड़ी है, आपका विश्वास! आप अपना विश्वास जगाइये···देखिए कि क्या चमत्कार होता है। विश्वास एक जादुई छड़ी है। इसका चमत्कार बड़ा अनोखा है। यह विश्वास ऐसी शक्ति है, जो मनुष्य का कायाकल्प कर सकती है। आदमी को क्या से क्या बना देती है! इसका उपयोग तो करिये।

विश्वास एक अलौकिक शक्ति है। इस अलौकिक शक्ति के बल पर मनुष्य क्या नहीं कर सकता है।

अपना विश्वास जगाइये। फिर देखिए, आप क्या नहीं कर सकते हैं।

विश्वास जगाइये कि आप सब प्रकार से समर्थ हैं और सब कुछ कर सकते हैं। आप जो बनना चाहते हैं, वह बन सकते हैं। यह विश्वास आप करें। आप किसी भी स्थिति में क्यों न हों, आप घबरायें नहीं। हर प्रकार की दशा में रहने के बावजूद आप जो चाहते हैं, वह कर सकते हैं।

विश्वास सबसे बड़ी अलौकिक शक्ति है।

जिस आदमी का विश्वास जाग उठता है, वह क्या नहीं कर सकता है! वह इस दुनिया में सब कुछ कर सकता है।

आप मन में पूरा विश्वास करें कि आप यह काम कर सकते हैं, तो अवश्य कर लेंगे…जब तक यह विश्वास न जगेगा, तब तक आप कुछ नहीं कर सकते हैं। बिना विश्वास के आधार पर किया गया प्रत्येक कार्य अपूर्ण या असफलतादायक होता है। विश्वास बनाइये कि आप यह करेंगे। साधन नहीं हैं, सामर्थ्य नहीं है, इसकी चिन्ता न करें, सब अपने आप जुट जायेगा। सीमित साधन से ही शुरूआत करें। राबर्ट लुडलो ने किस प्रकार किया? वह तो भिखमंगा भी था। कम से कम आपकी हालत उससे अच्छी तो होगी? तब क्या आप नहीं कर सकते?

आप विश्वास जगाइये।

अपने को हीन मत समझिये।

अपने को समर्थ मानिये।

आप सब कर सकते हैं। यह विश्वास करें। फिर अपना कार्य शुरू कर दें। देखिए! आप में परिवर्तन आता है या नहीं?

जरूर आयेगा। राबर्ट लुडलो किस प्रकार एक के बाद एक परिवर्तन लेता आया। आप नहीं कर सकते हैं क्या? निश्चित रूप से कर सकते हैं। मुश्किल यह है कि हम नहीं कर पाते; अपना मन छोटा कर लेते हैं। अरे! मेरी जेब में आज एक पैसा नहीं है। फिर भला मैं लखपति कैसे बन सकता हूं? इस कल्पना को आप शेखचिल्लीपन मानेंगे, ऐसा मत करिये। अपना विश्वास जगाइये। लग जाइये अपने उद्देश्य में। अपना पूरा मन. अपनी पूरी शक्ति अपनी सम्पूर्ण एकाग्रता के साथ आप इस पर विचार करना

शुरू कर दें कि आपको लखपति बनना है या अमुक बनना है अथवा अमुक कार्य करना है। हर क्षण, हर पल, उठते-बैठते, खाते-पीते धुन लगा लें कि यह करना है। यकीन मानिए होकर रहेगा। निश्चित होगा।

विश्वासम् फलदायकम् !

विश्वास हमेशा फलदायक होता है। यह एक सर्वमान्य सत्य है, विश्वास के रूप में ईश्वर ने मनुष्य को एक बहुत बड़ी अलौकिक शक्ति दी है। इस प्रकार की अलौकिक शक्ति मनुष्य को छोड़कर अन्य प्राणियों के पास नहीं है। एक प्रकार से ईश्वर ने हमको वह जादू की छड़ी दी है। इसका प्रयोग कर हम सब कुछ पा सकते हैं। आवश्यकता केवल परिश्रम और लगातार लगन की है।

विश्वास के बल पर ही आज मनुष्य बड़े-बड़े काम और चमत्कार कर रहा है। जिसका जैसा विश्वास है, वैसा फल उसको मिलता है।

अगर आपके मन में यह विश्वास भर गया है कि आप अमुक कार्य नहीं कर सकते है, जैसी आपकी इच्छा है, वैसा नहीं बन सकते हैं, तो निश्चय ही आप नहीं बन सकते। कोई भी शक्ति आपका साथ नहीं दे सकती है। आप यथावत् ही रहेंगे।

सबसे बड़ी बात है, विश्वास।

विश्वास जगाइये।

उसका मूल सफल आपको परिश्रम के उपरान्त मिलेगा। विश्वास बनाए रखिए और आगे बढ़िए। फिर देखिए कि कैसे आप नहीं बन सकते हैं ?

वास्तव में हमारी अपनी जो भी परिस्थिति है, उसके लिये भाग्य का जिम्मेदार नहीं है, हम स्वयं ही हैं। हम दूसरों को इसका कारण बतलाकर अपनी कमजोरी पर परदा डालते हैं। अपने को नहीं देखते और न ही इस बात पर विचार करते है कि हमारे कर्म क्या हैं ? हम कर क्या कर रहे है ? कैसा जीवन व्यतीत कर रहे हैं। इस पर विचार किया है आपने ? ईश्वर कब चाहता है कि आप अभावों में जिंदा रहें, आप परेशान रहें, आप दुःखी रहें। ईश्वर ने आपका निर्माण किया और आपको जनम दिया है। सारी शक्तियां आपमें भर दी हैं। अगर आप उनका उपयोग न करें, तो भला इसमें ईश्वर का क्या दोष है ? आप ईश्वर को या भाग्य को दोष

क्यों देते हैं ? क्या यही आपका काम है। अपने कर्मों पर विचार तो करें। उनका ही फल आपको मिल रहा है।

मानी हुई बात है कि जैसे आपके कर्म होंगे, वैसा फल आपको मिलेगा ? अपने कर्मों का फल ही आपकी वर्तमान दशा का कारण है।

हृदय पर हाथ रखकर देखिए ? क्या यह बात सच नहीं है।

अपने कर्मों को अपनी कामनाओं के अनुसार ढालिए। फिर देखिए··· आपकी कामनाएं कैसे पूरी नही होती हैं।

सबसे पहला कदम विश्वास जगाना है। पहले विश्वास जागृत करें। पूरा-पूरा दृढ़ विश्वास कि आप अमुक कार्य करेंगे और उसमें सफलता प्राप्त करके रहेंगे। हर क्षण यही विश्वास मन में रखकर कड़ा परिश्रम करिये। फिर देखिए क्या फल आता है। उस पुस्तक को पढ़ने के बाद रावर्ट लुडलो का विश्वास जाग गया था कि वह बड़ा आदमी बनकर रहेगा। शानदार जीवन व्यतीत करेगा। यह विश्वास जगाकर वह रात दिन कठोर परिश्रम करने में लग गया। बराबर लगा रहा। वह रात को थियेटरों, क्लबों के आसपास अपनी माचिसें बेचने जाता था। दिन में और रात एक दो बजे तक लगा रहता। अपनी आय बराबर बढ़ाता गया। अपनी मंजिल पा ली उसने।

विश्वास मन में जगाकर लग जाइये। फिर देखिए···क्या करिश्मा सामने आता है ?

विश्वास सबसे बड़ा बल है, जो मनुष्य की कामनाएं पूरी करता है। उसके आगे सभी इच्छाएं सादर नमन करती हैं।

विश्वास के बल पर आदमी क्या नहीं कर सकता है ! एडीसन अल्वा में गजब का विश्वास था और इसी विश्वास के बल पर वह एक के बाद एक चमत्कारी आविष्कार करता गया। दूरभाष (टेलीफोन) का आविष्कार करते-करते वह एकदम कंगाल हो गया। सारी पूंजी समाप्त हो गयी। मित्रों, परिचितों के भारी कर्ज सिर पर आ गये। उसे आगे कोई एक पेनी भी देने के लिये तैयार न था। नौबत यहां तक आ गयी कि उसको सूखी डबल रोटियों पर गुजारा करना पड़ रहा था।

"क्या बेकार का आविष्कार करने में लगे हो। क्या तार के द्वारा आवाज जा सकती है।"—उसके एक मित्र ने उसे सलाह दी।

"नहीं। मुझको पूरा विश्वास है।"—एडीसन ने सशक्त स्वर में कहा।

एडीसन अल्वा को पूरा विश्वास था कि वह इसमें सफल होकर रहेगा। सचमुच सफल हो गया और आज दूरभाष ने मनुष्य का कितना बड़ा हित साधन किया है। यह बात छिपी नहीं रह गयी है। सब मानते हैं अल्वा एडीसन का विश्वास गजब का था। सफल होने के बाद अल्वा का जीवन ही बदल गया। अपने विश्वास के बल पर वह एक के बाद एक आविष्कार करता गया। गजब का था उसका विश्वास। अनेक बार की अपनी अग्नि-परीक्षा में वह सफल उतरा। बड़ी से बड़ी मुसीबतों का सामना किया, पर उसका विश्वास डगमगाया नहीं। अपना विश्वास वह और मजबूत करता गया।

क्या इस प्रकार का विश्वास आप नहीं बना सकते हैं?

विश्वास बनाइए। जी-जान से परिश्रम करिये। हर स्थिति में अपना विश्वास बनाये रखिए।

विश्वास के साथ-साथ ईश्वर पर भी अटूट भरोसा रखिए। याद रखिए ईश्वर आपकी राह में कभी बाधा नहीं डालेगा। वह बराबर आपकी सहायता करने वाला है। उसका ध्यान आप बनाए रखें। ईश्वर पर भरोसा आपको अतिरिक्त शक्ति देगा। निराकार या साकार ईश्वर नाम का अस्तित्व हो न हो, पर यह एक सम्बल के रूप में संकटों के समय आपको साहस और धीरज देता है।

ईश्वर एक सम्बल, सहारा है। ईश्वर का सम्बल, सहारा और आराधन आपको अतिरिक्त शक्ति देगा। अपना शरीर कार्यरत रखने के लिये आपको खाद्य पदार्थों की आवश्यकता है, मशीनों को चलाने के लिये ईंधन की जरूरत पड़ती है, उसी प्रकार आपको निरन्तर क्रियाशील रखने के लिये अपना विश्वास बनाये रखने के लिये 'ईश्वर' में श्रद्धा और विश्वास परमावश्यक है।

ईश्वर पर आस्था अतिरिक्त शक्ति और ऊर्जा प्रदान करती है। आपमें साहस बढ़ता है। इसके बल पर आप अपनी थकान मिटा सकते हैं। संकट के समय आप धीरज पा सकते हैं कि ईश्वर आपके साथ है। वह आपका मददगार है। यह कोरी कल्पना हो 'ईश्वर' नाम को आप मान लें, लेकिन इस सांत्वना से आपको बड़ा बल मिलेगा। आपको संतोष और धैर्य प्रदान

करेगा। कुछ कल्पनाएं, कल्पनाएं ही हों पर होती बड़ी मुफीद हैं। इनसे बड़ा लाभ होता है। ईश्वर आपकी 'कल्पना' कल्पना ही सही हो, लाभ-दायक है। इसी नाते से ही आप ईश्वर पर भरोसा रखें। ईश्वर पर आस्था और आपका दृढ़ विश्वास आपकी कामनाएं अवश्य पूरी कर सकता है।

आप विश्वास नाम की जादुई छड़ी के बल पर बहुत कुछ कर सकते हैं।

अपना विश्वास मजबूत रखकर आप बराबर लगे रहें। निश्चय ही आप सफल होंगे। विश्वास के बल पर आगे बढ़ें।

किसी से ईर्ष्या, द्वेष, वैरभाव न रखें। अपना काम स्वयं करते जायें। मुकाबला करें तो अपने को अपने से ही प्रतियोगिता करें। अपने आपसे ही संघर्ष करें। बड़ा मजा आयेगा आपको। खामोशी के साथ अटूट विश्वास किये बढ़ते रहें। देखें ! आपकी मनोकामनाएं कैसे नहीं पूरी होती हैं।

दुनिया की कोई ताकत आपको रोक नहीं सकती है।

अपनी आलोचना आप स्वयं कीजिये। प्रतिदिन बिस्तर पर लेटने के बाद सोचिए कि आज आपने क्या-क्या किया है ? कितना अच्छा, कितना बुरा किया है ? दिन भर का लेखा-जोखा बनाइये। फिर अगले दिन की रूपरेखा, तब उस रूपरेखा पर चलने का पूरा निश्चय कर दृढ़ता के साथ उस पर अमल करिये। देखें, कैसे आप बदल नहीं पाते हैं।

विश्वास सबसे बड़ा वरदान ईश्वर द्वारा मनुष्य को दिया गया है। इसका प्रयोग कर मनुष्य क्या नहीं कर सकता है। सदा सफलता का विश्वास मन में बनाए रखें। जो भी काम हाथ में ले, पूरे विश्वास के साथ लें कि यह काम आप करके रहेंगे। वह अवश्य आप कर पायेंगे। बस ! आपका विश्वास टूटने न पाये। ईश्वर पर आस्था रख जी-जान से जुटें। आप रुक नहीं सकते। बराबर प्रगति की ओर बढ़ते जायेंगे।

मेरा एक मित्र है।

बड़ी दुःखद गाथा है उसकी।

उसके स्थान पर अगर दूसरा व्यक्ति होता, शायद अब तक आत्महत्या कर ली होती पर मेरा मित्र आज सब प्रकार से सुखी है।

समय आदमी के साथ बड़े-बडे करिश्मे करता है। मेरा मित्र अच्छा भला आदमी था। खासा परिवार था। एक बड़ा भाई था। माता-पिता दो बहिनों की शादियां हो गयी थीं। वड़े भाई के वाद उसका भी विवाह हो गया था। एक अच्छी फर्म में वह स्टोर कीपर था। पिता दूध का व्यवसाय करते थे। तमाशा देखिए समय का एक विचित्र दुर्घटना में उसके दोनों हाथ कट गये। लिफ्ट का दरवाजा खोलते समय दरवाजा तो खुल गया पर झटके से विजली की खरावी के कारण बंद हो गया। उसके दोनों हाथ मात्र फंस गये। वह वेहोश हो गया।

अस्पताल में उसके दोनों हाथ काटकर अलग कर दिये गये।

जान बच गयी।

कुछ समय तक परिवार ने सहानुभूतिवश प्यार दिया। बाद में वह एक बोझ साबित होने लगा। सब उसकी उपेक्षा करने लगे। उसकी पत्नी के साथ नौकरानी से भी बदतर व्यवहार होने लगा। बेचारी आंसू वहाने लगी। वह हैरान, परेशान! दोनों हाथ कटे। अन्ततः एक दिन पत्नी को आलुओं के साथ सूखे सैंड़विच खाते देखकर वह तड़प उठा।

"किसने दिये?"

"मेरी ने।"

मेरी बड़े भाई की पत्नी का नाम था।

"ठीक है।" वह बोला दांत पीसकर। फिर जमीन पर जाकर बैठ गया। उसने अपना विश्वास जगाया। कई घंटे बाद आया। उसने पत्नी से दो पट्टियां बनवायीं, मजबूत पट्टियां। दो बाल्टी खरीदकर लाया उधार। उसमें दूध उधार लिया। पट्टियों के सहारे बाल्टियां लटकायीं। फिर कस्बे से शहर पैदल चला गया। दूध बेचकर आया। मुनाफा थोड़ा सा हो गया। फिर वह प्रतिदिन यही काम करने लगा। करते करते इतना पैसा कर लिया कि कुछ गाएं खरीद ली। पत्नी के सहयोग से डेरी खोल ली। फिर एक वाहन रख लिया।

उसका दूध का कारोबार बढ़ता गया। कुछ समय बाद उसने अपना अलग मकान बना लिया। पत्नी सहित सुख से दिन व्यतीत करने लगा। पिता का देहान्त होगया। बड़े भाई की हालत खराब हो गयी। उसने आश्रय दिया और मेरी से कहा, "मैं तुमको सूखे सैंडेविच नहीं

खिलाऊंगा। अब आराम से रहो।"

देखा आपने विश्वास का फल। अपंग आदमी कहां से कहां आ गया।

आदमी में विश्वास होना चाहिए।

रावर्ट लुडलो को जिसने किताव दी थी, यह महिला पुस्तक पढ़ने के वाद विश्वास करने लगी कि वह आकर्षक है। एक आकर्षक महिला के समान उसने व्यवहार करना शुरू कर दिया। हीन भावना मन से निकाल दी। उसका वोलचाल, व्यवहार उठने वैठने का तौर-तरीका वदल गया। अपने इस व्यवहार, हाव भाव के कारण अपने आप उसमें परिवर्तन आ गया और वह आकर्षक लगने लगी। उसका विवाह सरलता से हो गया।

यह सव विश्वास का चमत्कार है।

हीन भावना मनुष्य का पतन करती है। वह उसको आगे नही बढ़ने देती है। उसका सारा जीवन अंधकारमय कर देती है। हीन भावना तो अपने आपमें भूलकर भी न आने दें। यह एक वार आ गयी तो आपका सारा जीवन चौपट करके रख देगी। आप कही के न रहेंगे।

वहुत से मनुष्य अपनी हीन भावना के इस प्रकार शिकार हो जाया करते हैं कि उनका जीवन साकार नही वन पाता है। हीनभावना, मनुष्य को गटर का बदबूदार कीड़ा वनाकर रख देती है। अपने शरीर संवंधी हीन भावना के कारण भी वहुत से मनुष्य अपना हीरा जैसा जीवन भी नष्ट करके रख देते हैं। कुरूपता अपंगता, हीनता के कारण यह अपने को निकृष्ट समझने लगते हैं। फलतः यह जीवन में कुछ नही कर पाते हैं। आप वदसूरत है तो क्या हुआ ? क्या आप अपनी कला द्वारा लोगों को मुग्ध नही कर सकते हैं। संसार प्रसिद्ध चित्रकार पिकासो क्या कम वदसूरत था। विश्वप्रसिद्ध 'वीनस' चित्र का चित्रकार विंची कैसा था ! वदसूरती के कारण जो स्त्री या पुरुष अपने मन में हीन भावना लाते हैं; वह अपने प्रति घोर अन्याय करते हैं। संसार के अनेकानेक चित्रकार, मूर्तिकार, नेता, लेखक, साधु संत वदशकल ही हैं। क्या आप इसीलिए अपने को हीन मान रहे हैं, तब आपके समान मूर्ख दूसरा नही है।

वेंजामिन लिखता है, 'अरे ओ मनुष्य, तेरी सूरत शकल कैसी भी क्यों न हो, उठ जाग। अपना विश्वास जाग्रत कर, निष्ठावान वन और देख लोग तेरे पीछे चक्कर काटते नजर आयेंगे।'

कितने पते की महत्वपूर्ण बात है।

क्या आप इस पर अमल करेंगे ?

आपका शरीर अपंग है, तो क्या हुआ ! क्या आप अपंग होने के कारण अपने विचारों और अपनी कामना को भी अपंग बनायेंगे ? कैसी मूर्खता है यह ! सावधान !! ऐसी गलती न करें। हीनता को ईश्वर का वरदान मानें और···और लगें ऐसे कार्य में कि सारी दुनिया चकित रह जाये। विचार और विश्वास के बल पर क्या संभव नहीं है। अपंगों ने भी एक से एक करिश्मे किये हैं। तैमूरलंग लगड़ा था। उसने भारत को जीत लिया। मैंने पढ़ा है, कोहिनूर हीरे का मालिक रणजीतसिंह काना था। विश्व में अपना नाम रौशन करने वाली हेलन केलर अंधी थी। नेपालियन बोनापार्ट का एक पैर छोटा था। दोस्त ! अपंगता को वरदान मानकर चलो तुम।

अपनी किसी भी शारीरिक गड़बड़ी, न्यूनता को वरदान मानो।

कठोर विश्वास जमाओ मन में किसी लक्ष्य का···और उसे प्राप्त करो। दुनिया तुम्हारी जयजयकार करेगी ! विश्वास नाम की जादू की छड़ी का उपयोग करो। ईश्वर ने तुमको यह छड़ी दी है। देखो, फिर क्या चमत्कार होता है।

ईश्वर ने मनुष्य को बहुत से गुण दिये हैं।

सबको बराबरी के साथ इनका बंटवारा किया है। इस बंटवारे में उसने किसी प्रकार का कोई भी अन्याय नहीं किया है। जिसने ईश्वर प्रदत्त गुणों का सदुपयोग कर लिया, वह अपना जीवन सुखी सम्पन्न बना लेता है। अगर आप न करें, तो इसमें किसका दोष है !

आप स्वयं सोचिए इस पर।

ईश्वर ने क्या नहीं दिया है आपको।

आपको विचारशील मस्तिष्क दिया है। अपने मस्तिष्क में विश्वास जगायें और देखें तब कैसे नहीं आप में परिवर्तन आता है।

इस संसार में अभावों का रोना, दुःखों की रात दिन गणना करना सबसे-सबसे बड़ी कायरता है।

सैमुअल ग्रांट लिखते हैं, 'मुझे उन लोगों से बड़ी नफरत है, जो अभावों का, दुःखों का रोना रोते फिरते हैं। कापुरुष हैं ऐसे लोग।'

विलकुल यही वात है। अभाव। अरे···क्यों ? दुःख···भला क्यों ? अपनी करनी-करतूत देखो। सिंहावलोकन करो तो तुमको खुद ही पता चल जायेगा कि आज जो अभाव, जो दुःख तुम्हारे जीवन में आया है, उसके लिये तुम स्वयं जिम्मेदार हो। तुम्हारे ही कारण आया है। सोचना इस पर···तव क्यों रोते हो यहां वहां···? अपना विश्वास जमाओ। कठोर परिश्रम करो। तुमको सब कुछ मिलेगा ! विना कठोर परिश्रम के दुनिया में कोई कुछ नहीं कर सकता है। बिना परिश्रम के कुछ भी नहीं होता है। जो आदमी जितना अधिक परिश्रम करता है, वह उतना ही ज्यादा सुखी सम्पन्न होता है। अपने आसपास ही आपको बहुत से प्रमाण मिल जायेंगे।

परिश्रम के बल पर ही आदमी कुछ कर सकने में समर्थ हो सकता है। कठोर परिश्रम का फल अवश्य ही मिलता है। जितना अधिक परिश्रम, उतना ही सुख मिलता है। यह गणित के सिद्धान्त के समान प्रामाणित है। अतएव परिश्रम से न घबरायें, न डरें। आपका आलस्य, आपके कुविचार ही आपको परिश्रम करने से रोकते हैं। अगर आप इनके चंगुल में फंस गये तो आप नाकारा हो जायेंगे।

अपने को बचाइये।

विश्वास नामक जादू की छड़ी का प्रयोग केवल कठोर परिश्रम से ही कर सकते हैं। व्यथा पर छड़ी अपना काम न करेगी। इतनी वात आप गांठ वांध लें। ईश्वर ने इसके साथ यह नियम अनिवार्य बना दिया है। अपना मन टटोलिए। आप क्या चाहते हैं ? फिर विश्वास वनाइए कि आप उसे प्राप्त कर लेंगे। कैसे प्राप्त करेंगे ? उसकी योजना अपनी साधन सीमा के अनुसार वनाइये। फिर परिश्रम के साथ जुट जाइए। समय के साथ-साथ आपकी दशा भी वदलती जायेगी। आप फिर एक दिन अपनी कामना पूरी करके रहेंगे। यह निश्चित है। उसमें लेशमात्र संदेह नहीं है।

आप अवश्य सफल होंगे।

इस जादू की छड़ी को उपयोग में तो लाइए। फिर देखिए···क्या चमत्कार होता है। तव आप मानेंगे कि वास्तव में यह एक अलौकिक शक्ति है।

अलाउद्दीन का चिराग

बचपन में एक मजेदार कहानी पढ़ी थी। अल्लाउद्दीन नाम का एक आदमी था। उसके हाथ एक चिराग लग गया। इस चिराग की विशेषता यह थी कि इसको रगड़ते ही एक जिन्न प्रकट हो जाया करता था।

"क्या हुक्म है। मेरे आका ?" वह सवाल करता था।

फिर उससे जो कुछ कहा जाता था, उस कार्य को करता था। उस जिन्न के लिये कोई भी काम असंभव न था। सब कुछ कर सकता था वह। अलाउद्दीन चिराग को पाकर सब कुछ पा लिया और वह सबसे धनी और सुखी मनुष्य बन गया। जादुई चिराग···वास्तव में कमाल का था वह अनोखा चिराग।

भले ही यह कपोल-कल्पना हो, पर वास्तव में इस प्रकार का चिराग संभव है। ईश्वर ने इस प्रकार का चिराग बनाकर प्रत्येक व्यक्ति को दिया

है। आवश्यकता इस बात की है कि इसको रगड़ा जाये। जब वह रगड़ जायेगा। जल उठेगा, जलने लगेगा, तो उससे उत्पन्न जिन्न हमें भी अलाउद्दीन के समान सुखी और सम्पन्न बना सकता है।

मनुष्य क्या चमत्कार नहीं कर सकता है!

मनुष्य के पास ही अलौकिक शक्तियों का भंडार पड़ा है।

यदि ऐसा न होता तो मनुष्य का जीवन अन्य जीव जंतुओं की अपेक्षा आज इतना उज्ज्वल न होता। मनुष्य भी उनके ही समान जीवनयापन करता। आज वह न आकाश में उड़ता होता, न समुद्रों की लहरों पर इठलाता होता और न ही वह अंतरिक्ष में जा रहा होता।

मनुष्य में अलौकिक शक्तियां हैं।

आवश्यकता है, इनको जाग्रत करने की।

जब यह जग जाती हैं, तो मनुष्य सब कुछ कर सकता है। इसी कारण इमर्सन कहता है, मनुष्य यदि आप उस परम पिता परमेश्वर का अस्तित्व मानते हैं, तो उसकी यह सर्वोत्तम रचना है। अलौकिक शक्तियों का भंडार है। अतएव अपना दुःखड़ा रोने, अपनी परेशानियों का वर्णन औरों से करने में अपना समय न गंवायें। इससे कुछ नही होने वाला है। कोई आपकी सहायता नहीं कर सकता है। केवल आप ही सहायता कर सकते हैं। समय गंवाकर क्यों अपनी परेशानी और विकसित कर रहे हैं? इस पर आप सोचिए कि आपने क्या गलती की है? समस्या का कारण और उसका हल आपके ही पास है। आप अपनी बीमारी के सबसे अच्छे डाक्टर हैं।

अपना व्यवहार देखिए। अपना कार्य देखिए। अपना कर्त्तव्य करियें। अमेरिका के प्रसिद्ध विचारक विलियम जेम्स का कथन है कि आप स्वयं अपने को देखें और विचार करें कि गड़बड़ी क्या है? आप पायेंगे कि तब आप सभी समस्याओं का हल सरलता से पा सकते हैं। अंधकार में आप अपना रास्ता स्वयं खोज सकते हैं। आप स्वयं ही अपने पथ-प्रदर्शक हैं।

यदि आप ऐसा करेंगे तो देखेंगे कि यह एक चमत्कार है। आप में जागृत परिवर्तन आ जायेगा।

एक सफाई कर्मचारी ५० साल की उमर में भी काम कर रहा था। अशिक्षा और आर्थिक दशा के कारण विवश था। वह दूसरा काम सोच न

पा रहा था। उसकी खस्ता हालत देखकर एक व्यक्ति ने राय दी—तुम और दूसरा काम क्यों नहीं करते ?

"मैं क्या कर सकता हूं। इसके अलावा मेरे पास साधन नहीं है।"

"क्यों ? अगर झाड़ू लगाने के इस काम के बदले तुम छोटी-सी चाय की दुकान या रेस्टोरेंट खोल लो तो कैसा रहेगा···?"

वह मुंह ताकता रह गया। कहने वाला अपनी बात कहकर चला गया। उसके जाने के बाद वह उस पर विचार करने लगा। अभी तक उसने ऐसा सोचा तक न था। उसे बात जंच गयी। उसने यहां वहां अपने मित्रों से ऋण लेकर चाय की दुकान खोल ली। दुकान चल निकली। फिर उसने सबका कर्ज भी चुकता कर दिया। बाद में उसने बढ़िया रैस्टोरेंट खोल लिया।

वह सुखमय जीवन जीने लगा।

आदमी अपने मन में ठान ले तो क्या नहीं कर सकता है ! ···वह सब कुछ कर सकने में समर्थ है। अलाउद्दीन के जादुई चिराग के जिन्न की भांति आदमी का संकल्प भी सब कुछ कर सकने में समर्थ है। मन संकल्प भर लिया जाये तो क्या नहीं हो सकता है। सब संभव है।

अमेरिका के सर्वोच्च न्यायालय के प्रमुख न्यायाधीश कार्डोजी ने एक बार अपने भाषण में एक बड़ा महत्त्वपूर्ण वाक्य कहा, वह मुझे आज तक याद है।

"आपकी जैसी भावना होगी, वैसा ही आपका जीवन होगा।"

वास्तव में यह कितनी महत्त्वपूर्ण बात है। सचमुच यह हमारे जीवन का एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण सत्य है। जैसी हमारी भावना होगी, वैसा ही हमारा जीवन होगा। मनुष्य अपनी-अपनी भावनाओं के अनुसार ही जीवनयापन करता है। इसी कारण नाना प्रकार के लोग अपना-अपना जीवन अलग-अलग जी रहे है। कोई भीख मांगकर संतुष्ट है, तो कोई कड़ा परिश्रम करके संतुष्ट है। सब अपनी-अपनी भावनाओं में जी रहे हैं। भावना के अनुसार अपना जीवन बनाये हुए हैं। जब तक हम इनमें परिवर्तन नहीं लायेंगे, हमारा जीवन भी परिवर्तित नहीं हो सकता है।

मन में जिस प्रकार की भावना आ गयी, आपका जीवन, आपकी कार्य शैली ठीक उसी प्रकार की हो जायेगी। स्वयं आप इस बात को महसूस

कर सकते हैं। अपने जीवन में इसी क्षण देख सकते हैं।

मनुष्य के जीवन का रूप स्वरूप भावनाएं ही निर्धारित करती हैं।

वही जीवन को रंग-रूप देती है और अपने अनुसार ढालती हैं।

एक गरीब लड़का था। मां बाप उसे उच्च शिक्षा देना चाहते थे पर साधन न था। लड़का तेजस्वी था। उसने अच्छे नंबरों से परीक्षा पास कर छात्रवृत्तियां प्राप्त कर लीं। वह भावनाओं से भरा था कि उसे पढ़ना है। अच्छे नंबरों में पास होना है। दिन रात की पढ़ाई के बाद वह ऊब गया। उसके मन में यह भावना आ गयी कि वह पढ़-लिखकर करेगा क्या ? बेकार है उसकी पढ़ाई लिखाई। इस भावना के मन में आते ही उसकी पढ़ाई का स्तर गिरने लगा। वह फेल तक हो गया। भावनाओं ने उसका रूप ही बदल दिया।

भावनाएं इस प्रकार अपना प्रभाव दिखलाया करतीं हैं।

भावना बड़ी शक्तिशाली होती है।

अतएव सबसे पहले आप अपनी भावनाओं पर ध्यान दें। आपकी भावना उच्चकोटि के लक्ष्य की होनी चाहिए। भावना होनी चाहिए कि आप किस प्रकार का जीवन व्यतीत करेंगे…क्या चाहते आप…? बस ! वैसी ही आपकी जीवनधारा बहने लगेगी।

अपने मन में संदेह या शंकाओं को जन्म न दें। इनको एकदम अलग रखें। द्विविधा की दशा कभी भी उत्पन्न न होने दें। जरा-सी भी यह स्थिति आपका मार्ग अवरुद्ध कर देगी और आपका सारा किया कराया मिट्टी में मिल जायेगा। कभी भी किसी भी काम के लिये या लक्ष्य के लिए आप अपने को हीन न समझें। इस पर विचार करना मूर्खता होगी कि आप योग्य है या नहीं ? ऐसा भाव आपको निष्क्रिय कर देगा। संसार के अधिकांश गरीब केवल अपनी भावना के कारण गरीब हैं।' हम भला कैसे अमीर बन सकते हैं। 'हम इस लायक है ही कहां !' इसी भावना के कारण उनका अपना एक सीमित दायरा हो गया है। वह अपनी सीमा में संतुष्ट हैं। उस सीमा को तोड़कर आगे बढ़ने का साहस उनमें नहीं है। उपरोक्त [illegible] बरदार की तरह ही वह अपने दायरे में पड़े ही रहना चाहते हैं। [illegible] आगे बढ़ने या अपनी स्थिति में सुधार लाने की कोई इच्छा नहीं रहती है वह कुछ सोचते ही नहीं है। तमाम कारण उनकी अपनी भावनाएं हैं।

जो है, सो ठीक है।

बस ! इतने पर ही वह संतुष्ट हैं।

कुछ लोग अपनी हीन दशा शारीरिक दशा के कारण अपने आपको असमर्थ महसूस करने लगते हैं।

यह सर्वथा गलत धारणा है।

किसी प्रकार की शारीरिक अक्षमता या दशा अथवा उमर आदमी का अपना कायाकल्प करने के लिये बाधक नहीं है। केवल भावना चाहिए।

जिस प्रकार दिल कभी बूढ़ा नहीं होता है और न ही वह बुढ़ापे का अनुभव करता है, उसी प्रकार मनुष्य की भावनाएं भी कभी बूढ़ी, पुरानी या 'आऊट आफ डेट' नहीं हुआ करती हैं। अतएव ! अब तो उमर हो गयी। आखिरी वक्त है, अब क्या होगा !—इस तरह की भावना मन में लाना ही सबसे बड़ा गुनाह है। इस प्रकार का अनुभव कभी मत करें। यह कमजोरी बुजदिली और पस्त हिम्मत की बात है।

कोई अवसर कुअवसर नहीं होता है।

सभी अवसर शुभ हुआ करते हैं।

यह तो हमारे मनकी भावनाएं हैं, जो अवसर का 'कु' और 'सु' में वर्गीकरण करती हैं। काम करने की इच्छा बलवती है, तो प्रत्येक पल, प्रत्येक समय सब ठीक होता है। कोई समय खराब या अशुभ नही होता है। बस ! शुरू कर दो अपना काम। आगे तभी आप बढ़ सकोगे ! तभी आपकी प्रगति हो सकती है। अपना कोई भी कार्य शुरू करने में मनुष्य को जरा भी नहीं हिचकिचाना चाहिए। अपनी भावनाएं तत्काल कार्यरूप में बदल देना चाहिए। प्रगति और सफलता के महल इसी भावना पर खड़े होते हैं।

अगर आपकी भावना मजबूत है और विश्वास सुदृढ़ है तो निश्चय ही आप सब कुछ कर सकते हैं। अगर आप इस स्थिति में नही होंगे तो आपके लिये कोई भी सफलता नहीं है। आप अपने जीवन में कुछ नही कर सकते हैं। मानव की दशा मे कभी-कभी बड़ी समस्या भी आ जाया करती है। मनुष्य किसी बात का निश्चय तो कर लेता है कि वह अमुक या ऐसा कार्य करके रहेगा, पर भावनाएं नही रहती है।

उसका दृढ़ निश्चय एक प्रतिज्ञा मात्र मानकर रह जाता है और

उसकी प्रतिज्ञा पड़ी रह जाती है। कुछ समय बाद यह प्रतिज्ञा भी ठंडी पड़ जाती है।

टांय-टांय फिस्स् !

इस प्रकार के निश्चय प्राय: आपके जीवन में आते है। किन्हीं क्षणों में भावावेश में आकर आपने जरूर कुछ निश्चय किया होगा—पर क्या वह पूरा हुआ ?

शायद नही···!

कुछ समय बाद हम अपने इस प्रकार के दृढ़ निश्चय ठंडे कर देते हैं। इसके पीछे हमारी भावनाओं का न होना है। भावनाओं के न होने के कारण इस प्रकार के निर्णय-निश्चय रखें रह जाते हैं। हमारी गाड़ी फिर पुराने ढर्रे पर चलने लगती है।

हमारी भावनाएं अलाउद्दीन के चिराग के रूप में हमारे पास हैं, पर हम अपनी भावनाओं का जिन्न इस चिराग को घिसकर दौड़ा नहीं सकते हैं। इस कारण यह चिराग बेकार रह जाता है।

भावना ही कार्य का फल देती है।

मन में मजबूत भावना के साथ काम करिये।

काम अवश्यमेव बनेगा।

एक बार मैं एक तालाब के किनारे मछली मार रहा था। मनोरंजन कर रहा था। मेरे पास ही एक नन्हीं लड़की ने भी अपनी वंसी लगा रखी थी।

काफी देर हो गयी। मेरे कांटे में एक भी मछली न फंसी पर उस लड़की की वंसी में दो मछलियां फंस गयी। मैंने हंसकर कहा—"बेबी ! तुम दो शिकार कर चुकीं ! मैं तो एक भी न कर सका।"

"अभी और आयेंगी, अंकल !" उसने प्रसन्न होकर कहा।

"तुमने क्या लगा रखा है।"

उसने बाल सुलभ हंसी के साथ कहा, "मेरा विश्वास इसी में है। मेरा मन कहता है।"

सचमुच फिर उसके कांटे में मछली आ फंसी। मेरे कांटे में एक न आयी। उस लड़की की भावना पूरी तौर पर पक्की थी। इस कारण वह बराबर शिकार कर रही थी। मैं केवल मनोरंजन कर रहा था। यह है

भावनाओं का चमत्कार। दृढ़ भावनाएं ही वास्तव में अलौकिक शक्तियां हैं। आप इनका प्रयोग करके तो देखिए। हमारे चिराग का जिन्न हैं, यह भावनाएं।

इनके द्वारा हम कुछ भी, किसी भी प्रकार का काम कर सकते हैं। अपना हर कार्य, अपनी हर कामना सफल बना सकते हैं।

भावनाओं के कारण ही प्रत्येक मनुष्य अपना लक्ष्य पाता है। चिड़ियों के बच्चे भावना के कारण ही उड़ना सीखते हैं। उनके माता-पिता पंख निकलने पर उनको छोड़ देते हैं और तब शिशु पंछी अपने उड़ने की लगन भावना के साथ पंख फड़फड़ाता है। दो तीन बार वह गिरता अवश्य है, पर फिर उड़ने लगता है। इस प्रकार भावना के ही कारण प्रत्येक जीव अपना कार्य कर पाता है।

एक कंपनी का एजेंट एक क्षेत्र में आया। उससे कुछ व्यापार करते न बना। वह क्षेत्र को बेकार मान छोड़कर चला गया। कंपनी ने दूसरा एजेंट भेजा। वह भरपूर व्यापार करके ले गया। कम्पनी के अध्यक्ष ने दोनों को बुलाया। उनसे पूछताछ की।

दूसरा एजेण्ट बोला, "मेरी भावना थी कि यहां पर अच्छा व्यापार होगा। वही हुआ, मैंने मेहनत की।"

पहले का उत्तर था, "वहां के लोग अड़ियल किस्म के हैं।"

"तुमने कैसे जाना ?"

"वह इनका उपयोग ही नहीं करते हैं।"

बाद में बातचीत के दौरान पता चला कि उस युवक का दिमाग मानसिक तनाव से कुछ पारिवारिक कारणों से ग्रसित था। इस कारण वह ठीक से 'बिजनेस' न कर पा रहा था। फिर उसकी भावनाएं भी व्यापार के अनुकूल न थीं। बाजार में आपने देखा होगा कि एक ही वस्तु के कई व्यापारी, दुकानदार होते हैं। वही वस्तु एक दुकानदार या व्यापारी ज्यादा बेचता है और दूसरा बहुत कम।

आखिर इसका कारण क्या है ?

कम बिक्री वाला दुकानदार कहेगा, "नहीं ! उसकी दुकान मौके की है। मैं तो कोने में पड़ा हूं।"

वास्तव में कारण यह नहीं है।

कारण है, भावनाएं।

जो दुकानदार मन में यह भावना रखता है कि आज वह बहुत बिक्री करेगा, जरूर करता है और जो केवल, भाग्य में जितना होगा, मिलेगा, की भावना से दुकान पर बैठता है, वह कम करेगा। प्रयोग करके देख लें। मिस्टर ब्राडमैन का एक जनरल स्टोर है। वह अपने घर पर सुबह उठकर यही भावना बनाते हैं, आज खूब बिक्री होगी। मन में यही भावना लेकर वह घर से चलते हैं। प्रतिदिन ऐसा सोचते रहने के कारण सचमुच उनके 'जनरल स्टोर' में सबसे ज्यादा बिक्री है। आप अपनी भावनाएं अच्छी बनाइये। आपको अच्छा फल मिलेगा। जब भावना ही न होगी, मनहूस बनकर आप दुकान पर बैठेंगे, तो क्या बिक्री करेंगे !

वास्तव में भावनाएं हमारी कामनाओं के अलाउद्दीनी चिराग के जिन्न हैं। उनसे हम काम लेकर अपनी कोई भी इच्छा पूरी कर सकते हैं।

भावनाएं हमें स्वस्थ प्रसन्न रखती हैं।

अपना मन हमेशा प्रसन्न, उल्लासपूर्ण और उत्साहपूर्ण रखिए। आपका चेहरा तेजस्वी हो जायेगा। आपकी आंखों में एक ऐसी चमक होगी जो दूसरों को मोहित 'हिप्नोटाइज्ड' कर लेगी। आपका सिर उठा रहेगा। आंखें उठी रहेगी। निगाहें झुकेगी नहीं। सीना तना रहेगा। उसके विपरीत अपनी चिंताओं में डूबे, हीन भावनाओं से भरे, परेशानियों से घिरे आदमी का चेहरा बुझा-बुझा-सा रहेगा। सिर झुका, आंखें झुकीं, मरियल सी चालढाल। ऐसा व्यक्ति कितना ही सुन्दर क्यों न हो, असुन्दर, अनाकर्षक ही लगेगा। इसके विपरीत उपरोक्त वर्णित भावना वाला व्यक्ति अपनी असुन्दरता के बावजूद मोहक, चुम्बकीय लगेगा।

व्यक्तित्व क्या है ?

सुगठित शरीर व्यक्तित्व नहीं है।

सुन्दर चेहरा आकर्षक व्यक्तित्व नहीं है।

'पर्सनालिटी, का जो अर्थ है, वह कुछ और है। अनाकर्षक व्यक्ति की भी पर्सनलिटी' आकर्षक होती है, भावनाओं के कारण।

आकर्षक व्यक्तित्व के धनी सुलभ भावनाओं वाले व्यक्ति ही होते हैं।

राबर्ट स्मिथ का कथन है कि चेहरा देखकर मैं बतला सकता हूं कि

कौन आदमी, किस कार्य के उपयुक्त है।

स्मिथ का यह कथन एकदम ठीक है। चेहरा सुन्दर हो यह किसी कार्य के लिये आवश्यक नहीं है। व्यक्तित्व का आकर्षक होना आवश्यक है। अनेक असुन्दर अपने व्यक्तित्व के कारण आकर्षक लगते हैं। उनकी भावनाओं के कारण उनका व्यक्तित्व आकर्षक होता है।

भावनाएं चेहरे को बनाती या बिगाड़ती हैं।

मैं अपने एक व्यापारी मित्र के पास बैठा था। यकायक वह उठकर खड़ा हो गया। बोला, "यार मैंने एक पोस्ट की वैकेसी एडवरटाइज की है। कुछ लड़कियां आयी हैं। उनका इंटरव्यू लेना है।"

"अच्छा। मैं चलता हूं।"

'अगर तुम चाहो तो मेरे साथ चल सकते हो। शायद तुम्हारी राय की आवश्यकता पड़ जाये।'

"मैं पूछताछ नहीं करूंगा।"

"ठीक है।"

मैं उसके साथ आ गया।

कई लड़कियां आयी थीं। उनमें एक लड़की तो बहुत सुन्दर थी। इतनी अच्छी कि मैं बारबार उसकी ओर देखने से अपने को रोक न पा रहा था। मेरा मित्र इण्टरव्यू लेता गया। अन्त में उसने दूसरी लड़की को चुना। वह सुन्दर लड़की उसको जँची नहीं। लौटकर आने पर मैंने पूछा, "भाई! तुमने उस हसीना को पसंद नहीं किया ?

"करता, जरूर करता, पर इस पोस्ट के लिये नहीं।"

"क्यों ?"

"मैं व्यापारी हूं। व्यापार मेरा उसूल है। मैं बराबर उस लड़की को देख रहा था। वह रूप का जादू चलाकर नौकरी चाहती थी। निश्चय ही वह निकम्मी है, क्योंकि उसने ऐसी हरकतें की। एक बार मिरर निकाल कर मैकप देखा। भला, अपने रूप का हर समय ध्यान रखने वाली लड़की दफ्तर का क्या काम कर सकती है। उसका अधिकांश समय तो मैकप और संवार में ही जायेगा। न बाबा, न।"

मैं मुस्कराकर मौन रह गया। मेरा अनुमान ठीक निकला। मैं भी चुपचाप सब देख रहा था। उस सुन्दरी के मन में नौकरी पाने की भावना

से बढ़कर अपना रूप श्रृंगार संभालकर रखने की भावना थी। फिर भला उसे क्या नौकरी मिलती।···भावना कहीं और थी। इसी कारण हमारा लक्ष्य, उद्देश्य, निश्चय जब भावनाओं से मेल नहीं खाता है, तो यह अधूरा रखा रह जाता है। भावनाएं नही और···तो परिणाम क्या होगा? विपरीत···तालमेल नहीं, तो बात बनेगी कैसे?

भावनाओं का बड़ा महत्त्व है। वह विश्वास को जन्म देती है। विश्वास सफलता को जन्म देता है। भावनाओं के अभाव में अविश्वास उत्पन्न होता है। अविश्वास से संदेह और संदेह से हीन भावना से निराशा और निराशा का फल असफलता?

यह सीधा सा गणित—फार्मूला है।

भावना बनाइए। विश्वास जगाइये। विश्वासं फलदायकं! यह कहावत सच्ची है। जीवन के व्यावहारिक क्षेत्र में एकदम लागू होती है।

यह सिद्धान्त है।

एक सज्जन ने अपनी कठिनाई बतलायी और कहा, वह अपनी दो लड़कियों को कालेज में पढ़ाना चाहते हैं, पर साधन नहीं है। अर्थाभाव है।"

"आप इस समस्या को निपटाएं।"

"अर्थ बढ़ाने का मेरे पास कोई साधन नहीं है। हम पति-पत्नी दोनों नौकरी करते हैं, तब कहीं जाकर कठिनाई से हमारा गुजारा होता है।"

मैं चुप रह गया।

"तो क्या आपको आर्थिक सहायता की व्यवस्था की जाये?"

"नहीं। मैं दूसरों की सहायता का इच्छुक नहीं हूं? धन्यवाद!"

"आप अपने बल पर ही रहकर अपना उद्देश्य पूरा करना चाहते हैं। यह अच्छी बात है। मुझे इसकी प्रसन्नता है।"—मैंने उससे पूछा, "क्या तुम अतिरिक्त श्रम के लिए तैयार हो?"

"हां। हम पति-पत्नी तैयार हैं।"

"तब अपनी नौकरियों के बाद अतिरिक्त श्रम करो। भावना बना लो कि तुम्हें अपनी लड़कियों को पढ़ाना है। कोई काम शुरू कर दो।"

बात मानकर दम्पत्ति ने नौकरी के बाद के खाली समय में दस्ताने बनाने का काम शुरू कर दिया। यह बात अलग थी कि रात देर तक उनको कार्यरत रहना पड़ता था पर भावना थी कि बच्चियों को कालेज पढ़ाना

है। अतएव वह प्रेमपूर्वक कठोर परिश्रम करते थे।

कुछ समय बाद उनकी आय इतनी पर्याप्त हो गयी कि वह उनको कालेज में पढ़ा सकें। उनकी भावना साकार बन गयी। बिना अतिरिक्त श्रम के बात नहीं बनती है। आपको अपनी वर्तमान परिस्थिति से छुटकारा पाना है, तो आपको अतिरिक्त श्रम करना ही पड़ेगा। बिना इसके बात नहीं बनेगी। आपकी वर्तमान स्थिति आपके श्रम के अनुसार हो सकती है। आप कुछ करना या बनना चाहते हैं, तो अतिरिक्त श्रम करिये।

बिना इसके दाल नहीं गलेगी। वह भावना आपको मन में लानी ही पड़ेगी कि खूब श्रम भले ही क्यों न करना पड़े, हम अपना लक्ष्य प्राप्त करके रहेंगे। भावना संकल्प को शक्ति देती है और इस शक्ति के कारण आपका संकल्प वास्तविकता में बदल जाता है।

प्रकृति के एक नियम का नामकरण है, लॉ आफ ट्रांसफारमेशन··· अर्थात् एक वस्तु का दूसरे में बदलना···परिवर्तित होना।

कोयला, कागज जलकर राख में बदल जाते हैं।

गरमी खाकर पानी भाप में बदल जाता है। यही सब परिवर्तन इसके अन्तर्गत आते है। इसी प्रकार का सिद्धान्त हमारे मानव जीवन पर भी लागू होता है। हमारा एक कदम दूसरे में बदलता है। इस कारण हम मंजिल पार करते हैं। हमारे अन्य क्रिया-कलाप इसी प्रकार परिवर्तन पाते हैं। हमारी ही भावनाएं अपना रूप बदल कर नाना प्रकार के परिणाम सामने लाया करयी हैं।

अतएव जो उद्‌गम हैं, वही ठीक होना चाहिए। जब उद्‌गम ठीक है, तो सब ठीक है। इसी आधार पर भावनाएं अलाउद्दीन के चिराग की जिन्न कही गयी हैं।

इन जिन्नों से काम लें, देखें, आपको सफलता कैसे नहीं मिलती, आपकी कामनाएं क्यों कर पूरी नहीं होती हैं?

निश्चय ही आप विजयी होंगे।

अपने समय के टेनिस के प्रसिद्ध खिलाड़ी जोनाथन से एक बार एक पत्रकार ने प्रश्न किया।

"क्या बात है! आप कोई मैच हारते क्यों नहीं हैं?"

जोनाथन का एक साधारण मुस्कराहट के साथ जवाब था, "हारने

की भावना मैं कैसे कर सकता हूं, इस प्रकार की कोई भावना सपने में भी मेरे मन में नहीं आती है।"

देखा आपने दृढ़ भावना का कमाल।

इस प्रकार भावना जब अपने मन में रखेंगे तो फिर भला पराजय या असफलता का मुंह देखने का प्रश्न ही नहीं उठता है।

अपनी भावना मजबूत से मजबूत बनायें। अपने को बराबर प्रसन्न रखें। असफलता एक-दो बार हाथ आने पर भी मुस्कराना न छोड़ें। जब असफलताओं को भी आप सफलताओं का एक अंश मानकर अपनी भावना को बराबर मजबूत बनाये रखेंगे तो फिर देखिए कैसा अलौकिक चमत्कार होता है। तत्काल सफलता आयेगी। आपके पैरों पर लोट जायेगी। इस 'ट्रांसफारमेशन' के सिद्धान्त को भी तो आप समझें।

महान आविष्कारक एडीसन प्रायः अपने आविष्कार में असफल हो जाया करता था, तो वह हंसने लगता था।

"देखा। सफलता अपनी छोटी बहिन असफलता को मेरे पास भेजकर परीक्षा ले रही है कि मैं रीझता हूं या नहीं। अगर इसे गले न लगाऊंगा तो फिर वह खुद दौड़कर आ जायेगी।"

फिर वह उसमें नया सुधार करने लगता था।

अन्ततः वह सफल हो जाया करता था।

देखा आपने एडीसन अल्वा का सिद्धान्त। असफलता सफलता की छोटी बहिन है, जो इसे गले लगाकर हिम्मत हार बैठता है, सफलता फिर उसके पास नहीं आती है। जो इसको गले नहीं लगाता है, तो फिर सफलता उसके पास स्वयं आ जाती है।

वास्तव में सफलता पहले असफलता को भेजकर परीक्षा लिया करती है।

अतएव असफलता के कारण घबराना, हिम्मत हारना अपने पैरों पर कुल्हाड़ी मारना है। यही बात आप कभी न भूलें।

भावना बनाये रखें। हर समय उसे तरोताजा करें। प्रतिदिन दुहरायें और बार-बार कहते सोचते रहें, मैं ऐसा करके रहूंगा। जरूर करूंगा मेरा यह काम अवश्य होगा। बार-बार यह ध्यान करने से अवश्य ही बात बनेगी। यह एक ऐसा मनोविज्ञानक सिद्धान्त है, जो जादू के समान आप पर

प्रभाव करता है। आपके जीवन की धारा ही बदल जाती है।

क्या आप अब भी असफलता मिलने पर घबरायेंगे ?

एडीसन अल्वा बिजली के बल्वों का आविष्कारक है। क्या आप जानते हैं कि एडीसन अल्वा अपने इस कार्य में कितनी बार असफल हुआ था। अगर और कोई होता तो वह पागल हो जाता। अपना सिर फोड़ लेता··· एडीसन अल्वा ने २०३० प्रयोगों के उपरान्त बल्व का आविष्कार करने में सफलता पायी थी।

क्या आप इतनी बार कोई प्रयोग करेंगे ?

देखा आपने। कितना साहसी, धैर्यवान, लगनशील था अल्वा ? इसी कारण तो उसका नाम विज्ञान के इतिहास में स्वर्णाक्षरों में चमक रहा है।

इतना साहस जिसमें होगा, भला वह असफल हो सकता है।

एडीसन अल्वा के समान ही आपको धैर्यवान और भावनामय बनना होगा। तभी आप सब कुछ पा सकते हैं। अपने जीवन की सभी प्रकार की कामनाएं पूरी कर सकते हैं।

अपनी भावना को सदा जीवित रखें। आपकी जीत निश्चित है। यह अपने आप में सर्व प्रमाणित सिद्धान्त है। इसी सिद्धान्त पर चलने वाले लोग अपना जीवन धन्य कर पाते हैं। भावना का बहुत बड़ा मूल्य है। जिसकी भावना स्थिर नहीं है, वह मनुष्य अपने जीवन में कुछ नहीं कर सकता है। वह लुढ़कता हुआ पत्थर मात्र बन कर रह जाता है, जो समय और परिस्थितियों के थपेड़े खाकर लुढ़कता ही रहता है। उसका कोई महत्व नहीं होता है। क्या आप ऐसा पत्थर बनना पसंद करेंगे ?

भावना के लिये किसी विशेष उपाय का होना जरूरी नहीं है। आप पीछे हो गये तो क्या हुआ ? अपनी कामना पूरी कर सकते हैं।

समय भी 'कु' और 'सु' का नहीं देखा जाता है।

मिलिट्री का एक रिटायर्ड जनरल का उदाहरण उल्लेखनीय है, सर सेंट जान जनरल थे। रिटायर हो गये। बेटे-बहू के साथ रहने लगे। अस्सी साल की उम्र में भी वह साइकिल पर मुर्गियों के अंडे सप्लाई करने का काम करते थे। उन्होंने अच्छा-खासा मुर्गी फार्म बना रखा था। वह स्वयं देखभाल करते थे। उनका बेटा उच्च पदस्थ अधिकारी था। इतने सम्पन्न थे, कि आराम से बैठकर जीवन-पर्यन्त रोटियां खा सकते थे पर नहीं साइकिल पर अंडे

सप्लाई करते थे, वह भी अस्सी साल की उमर में। लोगों के लिये आश्चर्य का विषय था। कुछ लोग मजाक उड़ाया करते थे। जनरल···रिटायर होकर ऐसा काम···उनके बेटे से मित्रों ने कहा, "यार! तुम्हारे डैडी ने यह क्या तमाशा कर रखा है। क्या तुम्हारे पास इतने साधन नहीं हैं कि उनको आराम से खिला सको।"

बेटा संकोच में पड़ गया। उसने जनरल से कहा, "डैडी। आप आराम से रहिये। आपको यह सब करने की क्या जरूरत है!"

"नहीं बेटे। मनुष्य को कुछ न कुछ करना चाहिए। फिर मैं एक सैनिक भी तो हूं।"

जनरल ने जवाब दिया।

बेटा चुप रह गया।

नब्बे वर्ष की आयु में जब जनरल का देहान्त हुआ तो उसके पास में ४०,००० डालर मिले। देखा, आपने।

जनरल अस्सी साल की उम्र में भी कमा कर अपने बच्चों को भी देता गया था।

वास्तविक पुरुष अपने जीवन में कभी परामुखापेक्षी नहीं होता है। प्रायः बूढ़े लोग अपनी संतानों के आश्रित बनकर समस्या बन जाया करते हैं। इस प्रकार का बोझ बनकर जीने वाले की जिंदगी को धिक्कार है। ऐसे जीवन से मौत भली। आखिर भार बनकर ऐसे लोग क्यों जीते हैं?

शायद उनके मन यह भावना घर कर जाती है कि हम बूढ़े हो गये हैं। अब हमारे हाथ-पैर नहीं चल रहे हैं। वह अपने को थक गया, समाप्त हो गया, समझने लगते हैं। वास्तविकता यह नहीं होती है। यह केवल मन की भावना है, जो उनको ऐसा सोचने पर विवश कर देती है। अगर इस भावना को मन से निकाल दिया जावे तो स्थिति बदल जाती है।

यह भावना कभी मन में न लायें कि आप थक गये हैं अथवा आपमें शक्ति नहीं रह गयी है। भावना मन में लायें कि अभी आप बहुत कुछ कर सकते हैं। अभी आप में बड़ा साहस है। फिर देखिए। आपके शरीर में उमंगें उठने लगेंगी। घर में पड़े-पड़े अपनी संतानों की रोटियां क्यों आप तोड़ते हैं? जनक (पिता) होने के नाते मन ही मन आपके बेटे आपको कोसते हैं। ऊपर से वह भले ही आपका शिष्टाचारवश सम्मान करते हों, पर उनके

दिल पर क्या वीतती है ? आप नहीं जानते। वहुएं आपका आदर करती हैं, केवल नाते के कारण और मन ही मन कामना करती हैं कि यह बुढ़डा मरे। मुसीबत कटे।

आप अपना स्वाभिमान कायम नहीं रख सकते हैं ?

कुछ भी करिये !

अपना भार स्वयं उठाइये।

ट्यूशन करिये, सब्जियां पैदा कर वेचिये, हस्तकला का कोई काम करिये। आपकी शारीरिक क्षमता के अनुसार वहुत से काम हैं। उनको कर सकते हैं आप ! अपना भार हर हालत में उठायें। दूसरों के मुंहताज क्यों वनते हैं ? यह भीख मांगने का शिष्ट व्यवहार है।

डाक्टर एलवर्ट मारिया लिखते है, वृद्धावस्था में किसी के आगे, चाहे वह वेटा ही क्यों न हो, मैं हाथ फैलाने की अपेक्षा मर जाना पसंद करूंगा।

वड़ा कटु सत्य है यह।

अतएव यदि आप वूढ़े हो गये हैं, तो भी अपना मार्ग वनाइए। अपनी कामनाएं स्वयं पूरी करें। अपनी भावनाएं हमेशा जवान रखें और तव आप देखेंगे कि आपका सम्मान पहले से यहीं ज्यादा हो गया है। जब आप किसी पर भार वनकर नहीं रहेंगे, तो आपका जीवन और भी सम्मानित होगा। आपका परिवार आपकी और सहायता करेगा। यह मानव प्रकृति का नियम है।

हर आदमी के पास अलाउद्दीन का जादुई चिराग है। आवश्यकता इस वात की है कि इसको घिसकर जिन्न पैदा किया जाये।

जिन्न केवल दृढ़ भावना से उत्पन्न हो सकता है। जब यह जिन्न उत्पन्न होगा तो फिर आपका सव काम वनता जायेगा।

क्या आप यह चिराग प्रयोग नहीं करेंगे ? ईश्वर ने यह आपको एक अलौकिक शक्ति दी है। इसका प्रयोग करिये और सभी कामनाएं पूरी करिये ! आपके साथ मेरी पूरी शुभकामनाएं हैं। आपका प्रयास सफल हो। उठिये। अभी इस पर अमल करिये।

खुल जा, सिम् सिम् !

बड़ी मजेदार कहानी पढ़ी थी बचपन में। शायद आप सबने भी पढ़ी हो।

यह दुनिया भर में मशहूर कहानी है।

अलीबाबा और चालीस चोर।

अलीबाबा ने देखा कि चोरों का सरदार 'खुल जा सिम् सिम्!' कहकर खजाने में चला गया। दरवाजे खुल गये। लूट का माल इसमें रखकर वह चला गया।

मौका पाकर अलीबाबा आया।

खुल जा सिम् सिम्।

बस क्या था!

खजाने का दरवाजा खुल गया।

अलीबाबा खजाना लेकर चलता बना।

इससे बड़ी मजेदार बात और क्या हो सकती है ! खुल जा सिम् सिम् कहा और खजाना मिल गया। इस कहानी ने मुझे बहुत समय तक बड़ा रोमांचित रखा। मैं बराबर 'खुल जा सिम् सिम्' की कल्पना कर खजाने की तलाश में लगा रहा। यह बात अलग है कि मैं कई बार इस शब्द का प्रयोग कर अपनी मां का बंद 'कैश बाक्स' रुपयों की पेटी खोजने में समर्थ न हो सका, पर अब इसका अर्थ मेरी समझ में आ गया है।

सचमुच यह एक चमत्कार है। मनुष्य के लिये यह एक अलौकिक शक्ति है। वास्तव में इस 'खुल जा, सिम् सिम्' का प्रयोग कर हम अपनी जिंदगी में एक बहुत बड़ा खजाना पा सकते है। अलीबाबा की तरह हमें भी खजाना मिल सकता है।

हमारे भाग्य का खजाना भी कहीं बंद है। जब तक हम 'खुल जा सिम् सिम्' का उच्चारण न करेंगे, तब तक हमें हमारा उपरोक्त खजाना नहीं मिल सकता है।

ईश्वर ने हर आदमी का खजाना, उसका भाग्य कहीं न कहीं छिपा रखा है ! आदमी इसकी खोज में बराबर लगा रहता है। जिसने पा लिया, उसका भाग्य खुल गया। जीवन बदल गया, पर अधिकांश लोग जीवन भर भटकते ही रह जाया करते हैं और उनको अपना भाग प्राप्त ही नहीं होता है। वह तड़फते-घिसटते रह जाया करते हैं। बस यही खेल दुनिया में चला आ रहा है।

ईश्वर ने सबको बराबरी से उत्पन्न किया है। उसने किसी के साथ किसी भी प्रकार का भेदभाव नहीं बरता है।

यह सारे भेदभाव हमारे अपने बनाये हैं।

ईश्वर ने सबको समान शक्ति-साधन दिये है। जब जो अपनी शक्ति और साधन का जितना अधिक उपयोग करता है, वह उतना ही अधिक सुखी सम्पन्न होता है। जो नहीं कर पाते, वह जीवन भर 'हाय हाय' करते हुए मर जाते हैं। इसमें ईश्वर का या अन्य किसी का कोई दोष नहीं है।

आखिर ऐसा क्यों होता है ?

ऐसा आदमी अपने जीवन में सब कुछ पाता है और दूसरा कुछ भी नही पाता है।

आदमी-आदमी में इतना फर्क !

आदमी-आदमी ही क्यों—जुड़वा बच्चों में भी यह फर्क देखा गया है। एक भाई शानदार जीवन यापन कर रहा है। दूसरा गली-गली ठोकर खाता नौकरी की तलाश में भूखा-प्यासा भटकता नजर आता है—आखिर क्यों ? दोनों में ऐसा क्या फर्क पड़ जाता है, कहां इस प्रकार की गड़बड़ी हो जाती है ? आप स्वयं देखें कि शायद आपकी हालत पहले से बदतर हो गयी, जबकि आपके अन्य साथी कहां से कहां पहुंच गये।

क्या गड़बड़ हो गयी ?

क्या कभी आपने इस पर विचार किया है ?

गंभीरता से विचार करिये।

आपका क्या निष्कर्ष है ?

हो सकता है कि कोई चौंका देने वाला निष्कर्ष आपके सामने आ जाये। पाया गया है कि जो आगे बढ़ गया, उसमें एक विशेष गुण था। अपने इसी गुण के कारण वह आगे निकल गये, प्रगति कर गये। दूसरा पिछड़ गया। यह एक गुण होता है। ईश्वर ने सबको यह गुण दिया है। अगर कोई इसका प्रयोग न करे, तो इसमें किसका दोष है !

सोचिए इस पर आप ?

आंखें बंद कर लीजिये और एक मिनिट के लिये सोचिए कि इस समय आपकी अच्छी या बुरी जो भी हालत है, उसके लिये कौन जिम्मेदार है ? आप स्वयं···आप ही अपनी विपत्ति हैं। आप चाहें तो अपना जीवन बना सकते हैं, आप चाहें तो बिगाड़ सकते हैं। सब कुछ आपके हाथ में है।

इमर्सन का कथन है, हम अपने भाग्य-विधाता है। कोई हमारा भाग्य विधाता नहीं है। यह बात एकदम ठीक है। ईमानदारी के साथ कहा गया, यह मानव जीवन का सबसे बड़ा सत्य है। क्या आप इस लक्ष्य से इंकार कर सकते हैं ?···जब हम स्वयं अपने ही भाग्य-विधाता हैं तो इसका अर्थ है कि हम स्वयं अपना जीवन बनाते और बिगाड़ते हैं। हमारे जो कार्य होते हैं, उनके ही अनुरूप हमारा जीवनयापन होता है। यह सत्य आप अपने जीवन में प्रतिदिन घटित होते देख सकते हैं।

कामनाओं की पूर्ति के लिये जहां दृढ़ भावनाएं आवश्यक हैं, वहीं पर दृढ़ भावनाओं के लिये आवश्यक है, उत्साह और उमंग।

एक प्रकार से यह एक दूसरे से जुड़ी-मिली कड़ियां हैं, जो मिलकर

सफलता की जंजीर का निर्माण करती हैं।

उत्साह का ही दूसरा नाम खुल जा सिम् सिम् है। जब तक आप उत्साह-उमंग का प्रयोग न करेंगे, तब तक 'खुल जा सिम् सिम्' का उच्चारण प्रभावकारी नहीं हो सकता है। उत्साह उमंग भी एक गजब की अलौकिक शक्ति हैं। इसका प्रयत्न कर मनुष्य क्या नहीं कर सकता हैं! इसके द्वारा सब कुछ संभव है। उत्साह उमंग के द्वारा ही हम भावनाओं को दृढ़ रखने में समर्थ हो सकते हैं। जिस किसी भी मनुष्य में उत्साह उमंग नही है, उसका जीवन व्यर्थ है। वह अपने जीवन में कुछ नहीं कर सकता। अपने हालातों पर आंसू बहाता-बहाता एक दिन वह इस दुनिया से चला जाता है। उसका जीवन स्वयं के लिये भार बन जाता है।

आपका मन हमेशा उत्साहपूर्ण रहना चाहिए।

हर समय उमंग, आनंद का बना रहना जरूरी है।

प्रत्येक कार्य उत्साह के साथ करिये। फिर देखिए कठिन से कठिन कार्य आप कितनी सरलता के साथ कर गुजरते हैं!

उत्साह बड़ी अलौकिक शक्ति है। यह आपकी क्रियाओं की प्रेरणा-दायक है।

मुझे आज भी स्मरण है कि मेरी मां का जीवन कितना उत्साह और उमंग भरा था। उनके मन में हर बात को देखकर एक अजीब-सा उत्साह आ जाया करता था और काफी कुछ होने के बावजूद वह बालकों के समान चहकने लगती थीं। इसी कारण वह अधिक दिन जीवित रहीं। ५० वर्ष की आयु में बात करते-करते उनके प्राण उड़ गये। अपने जीवन में वह प्रायः नहीं के बराबर बीमार पड़ीं। अंतिम समय तक वह स्वस्थ प्रसन्न थीं और उनका स्वास्थ्य बहुत अच्छा था। इसका कारण उनमें सदा उत्साह बना रहता ही था।

काम छोटा हो या बड़ा, घर का हो बाहर का, मेरी मां बड़े उत्साह के साथ किया करती थीं।

वह कोई भी काम करने में अरुचि न दिखलाती थीं।

हर प्रकार का काम प्रसन्न मन से करती थीं।

अगर नौकरानी न आती, तो घर का सारा काम स्वयं उत्साह से कर दिया करती थीं और नौकरानी को न कोसती थीं। उसके विरुद्ध एक भी

शब्द न निकलता था। उसके आने पर कुछ डांट-फटकार नहीं करती थी।

ऐसा था उनका स्वभाव।

छोटी-छोटी बातों पर वह उत्साह से भर जाया करती थीं।

बादल आकाश में आते तो वह बच्चों के समान किलकारियां मारने लगतीं और ताली बजाकर मुझसे कहा करती थीं—

"देखो, देखो स्वेट। बादल आये हैं, कितने प्यारे। अहा! कितने सुन्दर है!'

मैं हैरान रह जाया करता था। मेरी मां का उत्साह कम न होता था। मेरे पिता एक दुर्घटना में तो गंभीर रूप से घायल होगये। मेरी मां के स्थान पर और महिला उनकी पत्नी होती तो वह हालत देखकर बेहोश हो जाती अथवा छाती पीट-पीट रोने लगतीं पर मेरी मां में गजब का धैर्य था।

"कोई बात नहीं जान। ठीक हो जाओगे। एकदम ठीक। इस प्रकार की चोट तो लगती ही रहती है।"—वह उत्साहपूर्वक पिता की सेवा मे लग गयीं। मेरे पिता कुछ ही समय में ठीक हो गये।

मेरी मां कहा करती थी, जिनमें उत्साह होता है, वह अपना धैर्य कभी नहीं गंवाता है और जो अपने धैर्य को कायम रखता है, वह जीवन के हर संकट पर विजय पाता है...और मां ने अपने कार्यों द्वारा इसे प्रमाणित भी कर दिया था।

तब मैंने जाना था कि उत्साह-उमंग भी एक अलौकिक शक्ति है। आज यह बात मैं भी अनुभव कर रहा हूं।

उत्साह एक बहुत बड़ा वरदान है। एक अलौकिक शक्ति है। ईश्वर ने यह हमें दिया है। अतएव अपना प्रत्येक कार्य हमें उत्साह के साथ करना चाहिए। वह कार्य किसी भी प्रकार का क्यों न हो, पूरे उत्साह से करें। फिर देखिए उसका चमत्कार। उत्साहपूर्वक, बिना न नु के जो भी काम किया जाता है, वह देखिए...कितनी जल्दी समाप्त भी होता है। आनन-फानन खत्म होता है।

इसके बाद जो भी काम बे मन से किया जाता है अथवा ननु करके जिसको रो-झींककर करना कहते हैं, अगर वह दस मिनिट में खत्म होने वाला काम होगा, तो उसे पूरा करने में एक घंटा लग जायेगा। आप

करके देख लें या अपने आसपास ही देख लें। किसी उत्साहहीन नौकर से कहिए कि अमुक काम करना है…वह करना शुरू कर तो देगा या एक की जगह दस गुना समय लगायेगा? मेरे घर की नौकरानी से मां फर्श साफ करने कहती थीं। वह नाक चढ़ाकर कह उठती, "कल ही तो साफ किया था मैंने।"

"तो क्या हो गया। आज भी कर दे।"

वह करती, पर पौन घंटे का समय लगा दिया करती थी, जबकि मेरी मां केवल १५-२० मिनिट में कर दिया करती थी। इसके बावजूद वह इतनी सफाई के साथ न कर पाती थी कि जितनी सफाई के साथ मेरी मां करती थी। कारण बिना उत्साह के किया गया काम बेगारी टालने जैसा होता है। अधिकांश विद्यार्थी जब बेमन से कक्षा में दिया होम वर्क घर पर करते हैं, तो बहुत समय लगता है। अधिकांश गलतियां रह जाया करती हैं। वह आयी बला टालते हैं। फिर उनको याद भी नहीं होता है।

इसके विपरीत जो विद्यार्थी उत्साह के साथ अपना काम करते हैं, आनन-फानन कर डालते हैं। गलतियां कम ही रहती हैं और वह उनको याद हो जाया करता है। कक्षा या परीक्षा में प्रथम स्थान पर अच्छे नंबर पाने वाले विद्यार्थी को आप देखें। वह उत्साहपूर्वक अपना काम करने वाला होता है।

उत्साह के कारण ही मनुष्य प्रत्येक क्षेत्र में सफलता पाता है। खिला-ड़ियों को देखिए। अपने उत्साह के बल पर ही वह विजयी होते हैं।

उत्साह वास्तव में हमारा मनोबल बनाये रखता है। उसको गिरने नहीं देता है। जिस आदमी का मनोबल जितना ऊंचा होगा, वह अपने क्षेत्र में उतना ही सफल होगा। जिस देश के सैनिकों का मनोबल जितना मजबूत होगा, वह देश भी उतना मजबूत होगा। उस पर विजय पाना आसान कार्य नहीं है। इसी कारण 'मनोबल' या 'मारल' को चमत्कारी बतलाया गया है।

उत्साह से ही मनोबल जन्म लेता है।

जब मनोबल ही न होगा तो उसका उत्साह भी कम होगा। फिर मनोबल कहां से पैदा होगा?

अपना हर काम उत्साह के साथ करिये। कभी मन कहिए या सोचिए

कि यह काम मुझसे न होगा। ऐसा कहते या विचार करते ही भाव वास्तव में नकारा हो जायेंगे! यह काम आपको करना भी पड़ा तो रो-रोकर करेंगे और आखिर कुछ न होगा।

मैं काउंट जार्ज वेसटा के घर गया।

नौकर से उन्होंने कहा, 'पानी लाओ।'

वह दौड़कर ले आया।

"मोढा ले आओ।"

ले आया वह।

"अब गिलासें और बोतल ले आओ।"

वह ले आया।

"कुछ नमकीन लाओ।"

उसने फौरन आज्ञा का पालन किया।

मेरे देखते एक के बाद एक कम से कम बीस काम काउंट ने उसे बतलाये। बड़े उत्साह के साथ वह करता रहा। एक बार भी न बोला, "मालिक! एक साथ बतला दीजिये। मैं सब ले आता हूं। बार-बार क्यों दौड़ाते हो?"—और न ही उसने एक बार भी नाक-भौंहें सिकोड़ीं। उसका उत्साह देखकर मैं दंग रह गया।

"बड़ा उत्साही है यह तो।"

"हां।" काउंट मुस्कराये, "बहुत अच्छा नौकर है।"

"थकता नहीं है।"

"भला उत्साही व्यक्ति कभी थकावट का अनुभव करता है।" काउंट बोले हंसकर।

लो। मेरे हाथ एक सूत्र और लग गया। उत्साही आदमी कभी थकावट का अनुभव नहीं करता है। बात एकदम सच है।

जहां पर उत्साह है, वहां थकन कैसी।

उत्साह थकावट को पैदा ही नहीं होने देता है। उत्साह के बिना साधारण सा भी काम करने पर मनुष्य बड़ी गहरी थकावट का अनुभव करने लगता है। जरा से काम में वह थक जाया करता है। उसका उदाहरण आप अपने आसपास पा सकते हैं। बहुत थक जाता है मनुष्य। इस तरह लगता है कि वह बीमार भी पड़ सकता है। उत्साह भरा आदमी

मीलों साइकल चलाने पर थकावट का अनुभव न करेगा और वेमन से साइकिल यात्रा पर विवश व्यक्ति थोड़ी सी ही यात्रा में थक जायेगा। वह एकदम सिद्धान्त की बात है।

उत्साह से हमारे में एक प्रकार की ऊर्जा उत्पन्न होती है। यह हमको परिश्रम करने की शक्ति देती है। यही हमारी खुल 'जा सिम् सिम्' है। हमारा शरीर थकावट का अनुभव नहीं करता है। हमारे शरीर का लैक्टिक एसिड कम से कम खर्च होता है। लैक्टिक एसिड खत्म होने पर हम थकावट पा जाते है और तव हमारे लिये आराम करना वड़ा जरूरी हो जाता है। विना थकावट के किया गया कार्य शीघ्र पूरा होने के साथ-साथ उसका अच्छा फल भी देता है। यह प्रमाणित सत्य है।

उत्साह मनोवल उठाता है।

उत्साह कार्य क्षमता वढ़ाता है।

उत्साह के कारण थकावट नहीं आती।

थकावट न आने से आप नाना प्रकार की वीमारियों से अपनी रक्षा कर डालते हैं। थकान कई प्रकार की वीमारियों को जन्म देती है। आलस्य उत्पन्न करती है। आलस्य के उत्पन्न होने पर कार्य में शिथिलता के कारण एक दिन का काम दो दिन में समाप्त हो पाता है। फिर उसका फल लाभदायक होने की भी शंका ही रहती है। अतएव उत्साह का दामन हमेशा पकड़े रहें।

अपने मन में उमंग वनाये रखें। नया उत्साह हमेशा उत्पन्न करते रहें।

आखिर किसी काम को करने में आपको झिझक क्यों उत्पन्न होती है? आप कुछ परेशानी भी क्यों अनुभव करते हैं? क्या इसलिए कि वह कार्य आपके उपयुक्त या आपकी इच्छानुकूल नही है। ऐसा है तो भी आप उस कार्य को करें। जो भी कार्य करें, उसे उत्साह के साथ करें। इस प्रकार का काम करने से आपके मन को एक आनंद भी मिलेगा। प्रसन्न मन से, होंठों पर मुस्कान रखकर काम करिये। देखिए, वह कितनी जल्दी समाप्त होता है। साथ ही उसका शुभ परिणाम भी मिलेगा। रो-रोकर या झींकते हुए कोई काम करना अच्छा है क्या? आखिर क्या वात है? क्यों ऐसा आप करते हैं? ऐसा करने से आपका मानसिक तनाव भी वढ़ेगा, थकावट भी ज्यादा आयेगी, समय भी लगेगा। क्यों नहीं आप उसको प्रसन्न मुद्रा में

करते हैं।

नौकरी पेशा वर्ग या और कारखानों में काम करने वाले लोग, अपना रोजमर्रा का काम उबासियां ले-लेकर करते हैं। चेहरे लटकाए फाइलों में घुसे रहते हैं। कोई उमंग, उत्साह उनके मन में अपने दैनिक कार्यों के प्रति नहीं है। रोज-रोज सी, एक-सी जिंदगी। इसी कारण ऐसे लोग सारे जीवन एक ही पद पर पड़े रह जाते हैं। वह कभी प्रगति नहीं कर पाते। जो उत्साह उमंग के साथ अपना काम करते हैं, वह अपने उच्चाधिकादियों के प्रिय होते हैं। वह तरक्की कर जाते हैं। उनका जीवन आनंदमय होता है। अपने काम को वह उत्साहपूर्वक तेजी के साथ करते रहें। एक दिन आपको इसका पुरस्कार अवश्य मिलेगा। आपकी सब जगह कद्र होगी, मुरदे की तरह काम करने वाले लोग भला जीवन में क्या कर सकते हैं।

जो भी कार्य है, उत्साह से करें। फिर देखिए आपके लिये वह 'खुल जा सिम् सिम्' का काम करता है या नहीं ? आपको एक अपूर्व आनंद मिलेगा। एडीसन पार्क का माली हर समय अपना काम करता और गुन-गुनाता रहता है। उसे अपना काम करने में बड़ा मजा आता है। वह उत्साह के साथ काम करता है। बगीचे का सारा काम देखने के बावजूद सारे दिन व्यस्त रहने पर भी वह थकावट का अनुभव नहीं करता है। उसके द्वारा संवारा गया एडीसन पार्क सबसे खूबसूरत पार्क माना गया है और यह माली कई बार पुरस्कार प्राप्त कर चुका है। उसकी इस सफलता का रहस्य है, उत्साह।

अपने मन से आप किसी कार्य के प्रति दुराव या नफरत क्यों लाते हैं !
क्या कारण है ?
उसे खुशी मन से क्यों नहीं करते ?
क्या बाधा है ?
अपने पर इतना काबू तो रखें कि काम उत्साहपूर्वक करें।

इसका मुख्य कारण है, आलस्य, आराम तलबी या अपनी अक्षमता। आलस्य, आरामतलबी आपके सबसे बड़े दुश्मन हैं। इनसे बचकर रहिये। यह आपका सारा जीवन नरक में उठाकर रख देंगे। हमेशा अपने आपको प्रसन्न रखें। आलस्य आरामतलबी से दूर रहें। फिर हर काम का स्वागत करने के लिये तैयार रहें। अपने आपको किसी कार्य में अपंग न मानें।

प्राय: घबरा जाते हैं, कुछ लोग ! अरे ! यह काम मुझसे क्या होगा ?
···इस प्रकार की शंका अपने मन में कभी न लायें। काम का बोझ या मात्रा देखकर कभी न घबरायें। कोई भी काम सामने आये। उसको देखते ही यह धारणा अवश्य ही बना लें कि यह काम आपसे हो जायेगा। आप इसको अवश्य कर लेंगे। एकदम आपसे होगा। इसमें शक को जरा भी न आने दें।

कभी घबरायें नहीं। आप देखेंगे कि फिर आप बड़ी सरलता से उस काम को निपटा सकते हैं। वह एकदम आसान हो जायेगा।

दरअसल हमारे मन की भावना जिस प्रकार की होती है, हमें अपना काम वैसा ही दिखलायी पड़ता है। छोटा सा सरल काम भी हमको भारी पहाड़ सा मालूम लगने लगता है और पहाड़ सा काम भी छोटा दीखने लगता है। इस कारण हम फिर उसी रफ्तार से अपना काम करते हैं।

आप अपनी सीमा रेखा क्यों बनाते हैं ?

आप किसी काम के बारे में यह कैसे धारणा बनाते हैं, यह आप आपसे होगा, नहीं होगा।

कैसे पता···होगा ?

कैसे पता, नहीं होगा ?

बस। भावना मन में आ गयी। आपने निर्णय कर लिया।

यह क्यों भूल जाते हैं कि आपमें प्रत्येक कार्य करने की क्षमता है। आप सब कुछ कर सकते हैं। अपने भीतर झांककर तो देखिए। प्रत्येक मनुष्य में कार्य क्षमता का अपार सागर लहरा रहा है। प्रत्येक कार्य करने की पूरी शक्ति और सावधानी है। आप केवल भावना के कारण ऐसा निर्णय लेते हैं। अपनी सीमा आप क्यों बांधते हैं ? आप अपने को आकाश के समान असीम और अनन्त क्यों नहीं मानते हैं। आपमें सब कुछ समाया है; ऐसी धारणा क्यों नही बनाते हैं ? इस प्रकार का विचार मन में लाकर देखिए तो फौरन आप में एक नया परिवर्तन आ जायेगा।

आप अपने को अनंत शक्ति और सामर्थ्य का स्वामी मानें। आपमें सब कुछ हो सकता है। क्या नही कर सकते। आपमें सब क्षमता है। उमंग के साथ लग जाइये। बहुत से लोग अपनी भावनाओं कि कारण अपना व्यक्तित्व हीन बना लेते हैं। वह निराशा, घबराहट से भर जाया करते हैं कि अमुक

काम है भगवान। कैसे होगा ? घबराहट या उत्साहहीनता तो मन में आने ही न दें। चमत्कार कर देंगे आप कोई भी काम आने पर उस पर अधिक और विचार न करें, कैसे होगा। क्या होगा यह सब जरा भी न सोचें और तुरन्त ही काम में हाथ लगा दें। सब आसान हो जायेगा। घबराना तो बिलकुल नहीं चाहिए। अतः बराबर काम में लगे रहें।

निराशा, उत्साहहीनता, आलस्य और आराममतलबी से एकदम दूर रहें। यह आपको बराबर घेरेंगे। यह आपके दुश्मन हैं। आपका सारा काम बिगाड़ देंगे। आपका कोई भी दुश्मन आपकी इतनी क्षति नहीं कर सकता है, जितनी यह करते हैं। काम के दौरान आलस्य दबोच लेगा।

'थोड़ा आराम कर लो। अब बहुत काम कर लिया।'

आरामतलबी कहेगी, 'थोड़ा लेट लो। बहुत होगा। फिर काम करना !'

उत्साहहीनता कहेगी, "बस ! बहुत काम हो गया।"

इनकी बातों में आप आये नहीं कि सब खेल बिगड़ जायेगा आपका। बना बनाया महल गिर जायेगा। आप कहीं के न रहेंगे।

इसका अर्थ यह नहीं है कि आप लगातार काम···काम ही करें। आराम, विश्राम न करें। यह तो आवश्यक है। जितना जरूरी है, उतना विश्राम आराम अवश्य करें। अपनी एक दिनचर्या बना लें, उसी प्रकार कार्य करें। हां, उपरोक्त भावनाएं मन में न आने दें। बराबर कार्यरत रहें।

उत्साह उमंग एक ऐसी 'खुल जा सिम् सिम्' है, जो आपके जीवन में बराबर प्रगति, सुख के खजाने पेश करती है। आप अलीबाबा की तरह बराबर खजाना पाते जायेंगे। एक दिन यह खजाना आपको हर प्रकार से सुखी सम्पन्न बना देगा। सब कुछ आप पा जायेंगे। आपका जीवन सार्थक बन जायेगा।

हर समय अच्छे विचार अपने मन में बनायें। आलस्य, निराशा, आराम बहुत या आज का काम कल पर अथवा सुबह का काम शाम पर कभी न रखें। अगर आप ऐसा करेंगे तो फिर काम आपके लिये एक बोझ बन जायेगा। रेल जरा सी भूल के कारण फौरन पटरी पर से गिर जाती है। एक बार जब रेल पटरी से उतर जाती है, तो फिर किन प्रकार सारा यातायात बन्द हो जाता है और कितने परिश्रम से गिरी रेल को पटरी पर लाया जाता है। यह बात आप कभी न भूलें। इसकी गांठ

बांध लें। काम रुकने की भावना मन में आने ही न दें।

हर दिन सुबह उठकर एक ही भावना मन में लायें।

"आज का यह दिन मेरे लिये बड़ा शुभ है।"

नित्य उठते ही यही बात मन में लायें। आप कुछ समय बाद देखेंगे कि वह दिन सचमुच सौभाग्य वाला होगा। आपका हर दिन भाग्यशाली हो सकता हैं। आप सुबह उठने के साथ ही यह भावना मन में लाकर देखें, तो आपके पास जो कुछ भी है, उस पर संतुष्ट रहिये। भावना लाइये कि भगवान ने आपको सब कुछ दिया है। किसी बात की कमी महसूस न करें और बस! अपने काम में लग जायें। देखिए! कैसी सरलता से आपका सारा काम होता जाता है। आपका कठिन से कठिन कार्य भी सरल हो जायेगा। ईश्वर भी आपके इस कार्य में आपका सहायक बनेगा।

आप आजमाकर तो देखें।

अपनी इस अलौकिक शक्ति 'खुल जा सिम् सिम्' का प्रयोग तो करके देखिए।

सालोमोन ओस्को एक बहुत बड़ी फर्म के स्वामी है। उनके कार्यालय में पांच क्लर्क पांच साल से कार्यरत थे। एक को उन्हें पदोन्नति करना था। सबका रिकार्ड करीब-करीब समान था। अतएव सालोमोन ने एक सुबह ढेर सारी कुल मिलाकर लगभग १५०० पृष्ठों की पुस्तक निकाली। उनको लेकर उनके पास आये।

"इसको टाइप करना है।" पहले से पूछा—"कितना समय लगेगा?"

पन्नों का ढेर देखकर वह घबरा गया।

"सर! यह तो बहुत है। कितने पृष्ठ है?"

"लगभग दो हजार।"

वह सिर खुजलाने लगा।

तब सालोमोन ने दूसरे क्लर्क से पूछा, "इसको टाइप करना है। कर लोगे?"

"यह तो छपी पुस्तक है। इसकी एक-एक प्रति और मंगाते? मेरे विचार में टाइप से यह सस्ता पड़ेगा।" उसने अपनी 'नेक सलाह' दी।

तीसरे को तो पसीना छूट गया। उसका स्वर ही लड़खड़ा गया।

चौथा क्लर्क बुझे-बुझे स्वर से बोला, "कर दूंगा सर।"

पांचवे से यही सवाल किया। वात सामने रखी तो उसने तपाक् से कहा।" ऐसा क्या है सर। अभी शुरू कर दूं क्या ! ऐसी क्या वात है !" वह मुस्करा रहा था।

सालोमोन लौटकर अपने स्थान पर आ गये।

अव आप स्वयं अनुमान लगा लें कि सालोमोन ने किसे प्रोन्नति तव दी होगी ?

पन्नों का ढेर देखकर घबराने की क्या आवश्यकता थी ? उसका विकल्प क्यों सोचना था ? बेमन से जवाव क्यों देना था, हो जायेगा सर। सिर खुजलाने की, स्वर लड़खड़ा जाने की क्या वात आ गयी ? पांचवें क्लर्क की तरह जवाव देना था। हो जायेगा सर। अभी शुरू कर दूं। ऐसी क्या वात है। और होंठों पर मुस्कराहट। अपने काम के प्रति कितना उत्साह ! यही उत्साह इस क्लर्क के लिये 'खुल जा सिम् सिम्' वन गया। वह प्रोन्नत हो गया।

'उसने ऐसा जवाव क्यों दिया था ?' सालोमोन उससे पूछा था।

'सर। आखिर आफिस में काम करना ही है। और काम न कर टाइप ही करता हूंगा।"

"इतना सारा···?"

'तो क्या हो गया। कौन वड़ा काम है।'

उत्साह की यह भावना आदमी का जीवन वनाती है। कुछ सालों के वाद ही क्लर्क सालोमोन की फर्म में मैनेजर हो गया।

ऐसा होता है, उत्साह का चमत्कार ! उत्साह अपने मन में रखकर तो देखें। फिर भला कौन-सा ऐसा काम है, जो आप नहीं कर सकते हैं।

उत्साह ही हमारे जीवन का कायाकल्प कर देता है। भावनाओं के साथ मिलकर वह हमारी हर कामनाएं पूरी कर देने की क्षमता रखता है। ईश्वर प्रदत्त यह एक चमत्कारी शक्ति है और इसके लिये उमर का कोई वंधन नहीं है। किसी भी आयु या अवस्था का व्यक्ति अपने में इसका समावेश कर सकता है। इसके लिये कोई विशेष परिश्रम नहीं करना पड़ता है। न ही इसका कोई मूल्य देना पड़ता है। वह एकदम मुफ्त मिलता है। वस ! मन में भावना वनानी पड़ती है। अपनापन इसमें भरना पड़ता है। फौरन यह आ जाता है। इसके लिये किसी प्रकार का परिश्रम या व्यायाम नहीं

करना पड़ता है। बस। रुक जाना पड़ता है। केवल एक ही सावधानी की आवश्यकता होती है कि इसको बराबर बनाये रखना पड़ता है।

उफनाती बरसाती नदी के समान इसका रूप रखना व्यर्थ होता है। शान्त गंभीर नदी या सागर के समान हमेशा एक सा रखना पड़ता है।

कुछ लोग तो बड़े ही उत्साह उमंग के साथ कार्यारंभ करते हैं। कुछ दिन तक यही दशा रहेगी, पर फिर उत्साह एकदम ठंडा हो जाता है। इस तरह का अधिक उत्साह किसी मतलब का नहीं होता है। बाढ़ के समय आ गया और बाद में चला गया। इस प्रकार के बरसाती नाले के समान न बनें। हमेशा के लिये उत्साह को मन में बसा लें। उस पर बराबर ध्यान दें। फिर वह अपना चमत्कार दिखलायेगा। बिना ऐसा किये क्षणिक उत्साह व्यर्थ है।

उत्साह बड़ा चमत्कारी है। किसी भी काम में इसका प्रयोग करके देख लें। आपको स्वयं ही उसका अनुभव हो जायेगा। आप न स्वयं उसका महत्व समझ लेंगे और जब महत्व जानकर इसके साथ स्थायी रूप से मैत्री कर लेंगे तो फिर देखिए कैसे एक के बाद एक 'खुल जा सिम्, सिम् की तरह आपका हर एक काम बनता जाता है और आप सफलता की सीढ़ियां चढ़कर अपने जीवन में अपनी सारी कामनाएं पूरी कर लेंगे।

इस कथन पर आप जरा भी अविश्वास न करें।

इसकी प्रामाणिकता आप स्वयं प्रयोग करके देख सकते हैं।

कुछ समय पहले की बात है। एक सुबह आवश्यक कार्य से जाना था। मैं तैयार होकर सड़क पर आया। एक टैक्सी को हाथ दिया। रुक गयी। मैं बैठ गया। मेरे बैठते ही उसने शिष्टाचारवश कहा, "गुडमार्निग।"

"गुडमार्निग।" मैंने जवाब दिया। "कैसे हो तुम ?"

उससे बड़े टूटे स्वर में कहा मरियल सी आवाज में, "ठीक ही हूं।"

"कितनी प्यारी सुबह है।" मैं बोला।

वह चुप रह गया। टैक्सी चलाता जा रहा था।

"क्या प्यारी सुबह है।"

वह फिर भी चुप रह गया। उसका चेहरा बुझा-बुझा उदास सा था।

"क्या बात हो गयी ?"

"कुछ नहीं।"—वह बोला।

कोई तकलीफ है क्या तुम्हें ?" मैंने पूछा।

"आप डाक्टर हैं क्या ?"

"ऐसा ही समझो।"—मैंने मजाक में कहा।

उसने मुड़कर कहा, "जाने क्यों मेरी पीठ में वरावर दर्द रहता है।"

"क्या उमर है तुम्हारी ?"

"तीस साल !"

"वस। इतने में ही वीमारी आ गयी।" मैंने हंसकर कहा।" तुम्हारी वीमारी विना दवा के ठीक हो सकती है।"

"वह कैसे ?"

"देखो। तुम्हारी आमदनी भी आजकल कम होगी ?"

"हां। आपने कैसे जाना ?"

"तुम्हारा बुझा बुझा स्वर। तुम्हारा व्यवहार यात्रियों के लिये दुःख है। खुशमिजाज रहो। सब ठीक हो जायेगा। मोहनी सूरत से ही सबसे बड़ी है।"

वह मेरी वात मान गया। उत्साह से काम करने लगा। एक दिन फिर मुझे दीखा। वह वड़ा खुश था। उसका दर्द मिट गया था। आय वढ़ गयी थी। उसकी टैक्सी में वैठ गया मैं। सारी राह वह चहकता रहा और उत्साहपूर्ण वातें करता रहा। ऐसा है उत्साह का चमत्कार ! 'खुल जा, सिम् सिम्।' जैसी अलौकिक शक्ति इसके द्वारा आप प्राप्त कर सकते हैं।

भूत-प्रेत बाधा

उस दिन जोना के घर गया तो उनका बड़ा लड़का विवाद का केन्द्र बना था। परिवार के कुछ लोग उस पर भूत प्रेत बाधा का प्रकोप बतला रहे थे, जबकि भाई का कथन था कि वह मानसिक रूप से बीमार है। उसका इलाज किसी मनोवैज्ञानिक द्वारा कराना चाहिए।

"आप लोग भूत प्रेत पर विश्वास करते हैं, क्या ?"

"हां।"···जोन्स के माता-पिता का कथन था।

उनकी भावनाओं को ठेस न लगे। इस कारण मैं चुप रह गया। भूत-प्रेत की बात पर विश्वास अविश्वास पर मैं बहस न बढ़ाना चाहता था।

इस प्रकार की बहस से कोई लाभ नहीं होता है। केवल विचारों और तर्क-वितर्क को जन्म मिलता है।

कुछ देर बाद मैं चुपचाप लौट आया।

इस बात पर विचार करने लगा कि क्या सचमुच भूत प्रेत होते हैं ? यह क्या हैं ? काफी देर तक चिंतन करने के बाद में मैं निष्कर्ष पर आया कि भूत प्रेत होते हैं और वह प्रत्येक मनुष्य पर अपना आक्रमण करते हैं। जब जैसा आदमी देखते हैं, उस प्रकार का आक्रमण कर देते हैं ।

आधुनिक युवक भूत प्रेत की इस बात पर हंस सकते हैं। मैं इसको गंभीरता से लेता हूं। भूत प्रेत दिखलायी नहीं पड़ते हैं। वह अदृश्य होते हैं। इसी प्रकार की अदृश्य कल्पनाएं प्रवृतियों मनुष्य में भी होती है, जो उसको भूत प्रेत के ही समान मौका मिलते ही अपना आक्रमण कर दिया करती हैं और इस प्रकार उस व्यक्ति का जीवन असफल हो जाया करता है। आदमी की यही प्रवृतियां भूत प्रेत हैं और तब उनके क्रियाकलाप देखकर घर के बूढ़े लोग कहने लगते हैं, भूत प्रेत बाधा है। जोन्स मेरा परिचित है। पिछले कई साल से वह बेरोजगार है। अपने परिवार पर बोझ बना है। नित्य परिवार द्वारा भर्त्सना के कारण उसका मस्तिष्क असंतुलित हो गया है और वह असामान्य व्यवहार करने लगा है। उसके असामान्य व्यवहार को भूत-प्रेत बाधा माना जा रहा है।

यही कारण है कि मनुष्यों को कुछ प्रवृतियों की भूत प्रेत को संज्ञा दी जाती है, तो वह गलत काम नहीं है।

उत्साहहीन व्यक्ति प्रायः नाना प्रकार के रोगों और चिंताओं का शिकार हो जाता है। ऐसा होना स्वाभाविक है।

नारमन वेले अपनी एक पुस्तक में लिखते हैं—

हम शत्रु वर्ग से चारों ओर से घिरे रहते हैं। इसका मतलब यह नहीं कि मित्रों की सर्वथा कमी है, पर इतना अवश्य है, कि शत्रु अनायास ही चढ़ दौड़ते हैं, बिना बुलाये ही आ धमकते हैं, जबकि मित्र बनाने के लिए प्रयत्नपूर्वक आग्रह करना पड़ता है। सिर में जुएं, खाट में खटमल, कोठे में चूहे, हवा में विषाणु, पानी में जीवाणु बने ही रहते हैं। वह प्रकृति का नियम है और जब भी उनका दांव लगता है, तभी आक्रमण देते हैं, कभी-कभी तो उनमें से कोई प्राणघातक संकट तक खड़ा कर देते हैं। मित्र तो सौभाग्य-वश ही मिलते हैं। दुःख शत्रुओं की तो लोगों को भी कमी नहीं रहती है बचपन से ही हीनभाव आक्रमण करते रहे हैं। अनेक ताने-बाने सुनने पड़ते हैं। फिर सर्वधारण को ऐसी आपत्तियां न सहनी पड़ीं, ऐसा हो नहीं सकता।

यदि उनकी ओर से उपेक्षा वरती जाय, तो वे सर्वनाश ही कर दें। सर्प-विच्छू जंगलों में नही रहते, घरों में भी आ घुसते हैं और सतर्कता न वरती जाय, तो जान ले सकते हैं।

शत्रुओं में कुछ बाहर के होते हैं। उन्हें देखा पहिचाना जा सकता है। उनसे नित्य ही आमना-सामना नहीं होता, फिर उनके कारण भी हानि हो सकती है। इसका ध्यान रहता है और प्रतिकार की जैसी भी तैयारी होती है, करते हैं।

जहां मित्रों की संख्या एवम् घनिष्ठता बढ़ाना आवश्यक है, वहां यह भी उपयुक्त है, कि शत्रुओं को पहचानें, उनसे दूर रहें और अवसर मिले, तो उनसे जूझने का भी प्रयत्न करें। प्रत्येक व्यक्ति को अपने महान प्रयोजनों की पूर्ति के लिए साथी-सहयोगी ढूंढ़ने पड़ते हैं और शत्रुओं के साथ आरम्भ से लेकर अन्त तक जूझना पड़ता है। फिर सामान्य जनों का तो कहना ही क्या, उन्हें भी यह प्रक्रिया अपनानी पड़ती है। शत्रुओं की दुष्टता प्रतिभावानों के करे-धरे पर भी पानी फेर देती है, जबकि मित्र समुदाय डूबते को तिनके जैसी भूमिका सम्पन्न करता है। हितैषी भी सुराग लगाये रहते हैं वक्त-मौके पर उनसे होने वाली हानि का प्रतिकार भी करते हैं, किन्तु कुछ शत्रु ऐसे भी होते हैं, जो भीतर किसी गुफा में छिपकर ऐसे बैठते हैं, कि उनकी आशंका तो क्या कल्पना भी नहीं होती। उनके आक्रमण का सिलसिला भी निरन्तर चलता रहता है। शहतीर में लगा हुआ घुन जैसे बराबर अपना काम करता रहता है और उसे खोखला बना कर कुछ ही दिनों में धराशायी कर देता है, विषाणुओं की भी यही बात होती है। क्षय जैसे रोगों के कीटाणु इतने छोटे होते हैं, कि खुली आंख से दीख भी नहीं पड़ते हैं, पर जहां सांस के साथ फेफड़ों में जा घुसते हैं, तो ऐसी हरकतें करते रहते हैं कि जिनसे प्राण जाने की विभीषिका आ खड़ी होती है। ऐसे ही शत्रुओं में एक मनोविकार है, वह स्वभाव में सम्मिलित हो जाता है। वे अपने को विदित भी नहीं होते और खटकते भी नही। पता नहीं चलता कैसे आ गये। इतना ही नहीं जब कोई उन्हें सुझाता है, तो निन्दा-अपमान समझकर हम बुरा भी मानते हैं। इसलिए मित्र-हितैषी भी उनकी चर्चा नहीं करते है। अकारण कोई बुराई क्यों करे। जब हमें ही अपने चिन्तन और स्वभाव में घुसे हुए विकार सूझते नहीं, तो दूसरा कोई क्यों ढूंढ़ता फिरे। दूसरा कोई

हटा भी नहीं सकता है। कार्य करना ही हो, तो मात्र अपने को ही करना पड़ता है। इस कार्य में कोई मित्र सम्बन्धी, कुटुम्बी भी कुछ कर नहीं है। अधिक से अधिक इन शत्रुओं की ओर वह इशारा कर सकता है। न छोड़ने पर मुसीबत उठाने की चेतावनी दे सकता है। इनसे पीछा छुड़ाना तो हमारे ही हाथ की बात है।

प्रमाद, चिन्ता, आलस्य उद्विग्नता, भय, संदेह, अविश्वास जैसे दुर्गुण ऐसे हैं, जो आदत में सम्मिलित हो जाने पर शत्रुओं द्वारा पहुंचाई जाने वाली हानि से अधिक ही हानि पहुंचाते है। क्रोध, आवेश, शान, सज-धज, शेखीखोरी आतुरता आदि को भी ऐसे ही शत्रु गिनना चाहिए। यह अपनी प्रतिष्ठा गिराते है, अप्रामाणिक ठहराते है, अविश्वास और ओछा, वचकाना सिद्ध करते हैं। फलतः घृणा पनपती है, भर्त्सना होती है और मित्रों की संख्या दिन-दिन कम होती जाती है। बुद्धिमान उपेक्षा करते हैं, किन्तु जिन्हें वहुत सहनशीलता का सद्‌गुण नहीं मिला है, वे प्रत्यक्ष निन्दा पर उतर आते हैं।

भय भी ऐसी ही मुसीवत है, जो मनुष्य को वेतरह हड़वड़ा कर अशान्त कर देता है। रस्सी को सांप और झाड़ी को भूत मान वैठने वाले व्यक्ति तनिक सी वात को पहाड़ जैसी मुसीवत मान वैठते हैं। हाथ-पैर कंपने, दिल धड़कने, सिर फटने लगता है। कायरता भय की परिणति है। जिनमें साहस का, अभाव होता है, वे छोटे कारण को वड़ा मानकर अथवा कुछ भी कारण न होने पर कल्पनाएं वढ़ाकर अपने आप को संकट में फंसा मान वैठते हैं। छोटी-सी असफलता मिलने पर इतने निराश हो जाते हैं कि मानो अव भविष्य में कोई सफलता मिलेगी ही नहीं। कमजोर तवियत के लोगों की ग्रहदशा वताकर ज्योतिषी लोग हिम्मत तोड़ देते हैं और हर घड़ी विपत्ति आने की संभावना सोचकर निराश रहते हैं। ऐसे लोगों की रही-सही शक्ति एवम् हिम्मत भी खत्म हो जाती है।

इसी मनोरोग से मिलता-जुलता संदेह, अविश्वास रोग है। इनसे ग्रस्त आदमी अपनों पर, परायों पर लांछन लगाता है। कितने ही पुरुष अपनी स्त्रियों को चरित्रहीन होने का कोई प्रमाण न होने पर भी संदेह करते रहते हैं। कुछ पर ऐसा भय छाया रहता है कि किसी ने जादू-टोना किया, षड्‌यंत्र वनाकर कान भरे हैं और अफसरों, मित्रों, ग्राहकों को प्रतिकूल कर

दिया है। जबकि इन आशंकाओं में प्रायः तनिक भी सचाई नहीं होती है। बच्चे के बीमार होते ही किसी की नजर लगने, भूत का आक्रमण होने जसी मनगढ़न्त कल्पनाएं करते हैं। प्रत्येक वस्तु स्थिति समझने के लिए विवेकवान और दोनों पक्षों की संभावनाओं पर विचार करने की क्षमता होनी चाहिए। जिन्हें एकांगी चिन्तन ही आता हैं, वह भले को बुरा और बुरे को भला, मान बैठते हैं। यह आग्रह ऐसा है कि जो किसी के समझाने पर समझता भी नहीं है। जिस प्रकार दुराग्रही अपनी जिद पर अड़े रहते हैं, वैसे ही डरपोंक से आशंकाग्रस्त से भी कल्पनाएं छोड़ते नहीं बनती हैं।

उदास और निराश व्यक्ति को ऐसा समझना चाहिए जैसा बिना तेल का दीपक। मनुष्य उत्साह और साहस के बल पर जीवित रहता, विजयी बनता और सफलता प्राप्त करता है। जिसके अंतर में उमंगें नहीं उठती हैं, जो नीरस और निस्तब्ध रहता है, जिसे न वर्तमान सुहाता है और न भविष्य की आशा है, वह जिंदगी को भार बनाये टूटे छकड़े की तरह किसी प्रकार ढोता है। जिसका अन्तर बुझा-बुझा-सा रहता है; उसके लिए प्रकाश की किरणें किसी भी दशा में नहीं उठती हैं। अंधेरे में भटकने वाले ऐसे व्यक्ति न उपयोगी सिद्ध होते हैं और न किसी को कोई सहारा दे पाते हैं।

उत्तेजना, अपवाद भी मानसिक दोष-दुर्गुण हैं। मनुष्य को धीर, वीर गंभीर होना चाहिए। संतुलन किसी भी स्थिति में डगमगाने नहीं देना चाहिए। सफलता में आपे से बाहर न होना चाहिए, न असफलता में हिम्मत हार बैठना चाहिए। प्रयत्नरत् मनुष्य आज नहीं तो कल विजय अवश्य प्राप्त करेगा। जिसकी हिम्मत नहीं टूटी, उसे कोई हरा नहीं सकता है। जिसके हौसले बुलन्द हैं, वह नदी की धार को चीरते हुए उल्टी दिशा में चलने वाली मछली की तरह हर मोर्चे पर रंग दिखाता है। बड़े से बड़ा अवरोध उसका रास्ता नहीं रोक सकता है।

मनोविकार जीवन को भार बनाते हैं। इसके अतिरिक्त दुर्व्यसन और पाप-पातकों की अपनी बिरादरी है, जो मनुष्य को अच्छी-खासी परिस्थितियों को बिगाड़ती और बर्बाद करके रख देती है। मटरगश्ती, आवारागर्दी, जुआ, सट्टा, आदि का चस्का किसी अच्छे खासे को भी भिखारी बनाकर रख देता है। सातवें आसमान के समान सपने देखने वाला, जब बहुत ऊंचे से नीचे गिरता है, तो उसे करारी चोट लगती है।

यही नही महत्वाकांक्षाओं की दृष्टि से शेख-चिल्ली के समान हो जाता है। कठोर श्रमशील ही और ऊंचा उठता है। अनेक बार मोर्चे पर लड़ने और अड़ने वाले ही विजय का वरण करते हैं। जो केवल सपने देखना जानते हैं और सरलता से सम्पन्न हो जाने का स्वप्न देखते हैं, उन्हें पश्चात्ताप ही ही हाथ आता है।

कुकर्मी इन सब मनकियों से बुरे हैं। तात्कालिक लाभ की दृष्टि से अनीति अपनाते हैं और वह पाप के भार से दबे रहते है। चोरी, बेईमानी, ठगी के सहारे जो लक्ष्मी समेटना चाहते हैं, वे बदनामी, भर्त्सना और प्रताड़ना ही सहते हैं। उनका जीवन में कोई स्थान नही होता है।

सचमुच आप इस कथन पर गौर करें। यह कितनी अच्छी बात है। इस पर आप मनन करें के यह आपके लिये जीवन का एक नया द्वार खोल देगी। अच्छा! मैं इन पंक्तियों पर विचार करता रहता हूं।

जिनका जीवन नैराश्यपूर्ण होता है। वह वास्तव में भूत प्रेत बाधा से पीड़ित रहते हैं। उनका जीवन बड़ा असंतुलित और असामान्य सा रहता है। आप जरा ध्यान से देखिए। सचमुच आपको ऐसा ही लगेगा। इनके फल से, बीमार मरियल कंकाल सा लगता है। कई दिन से खाना नहीं खाया है। भूखे ही है। उन पर पीलापन हमेशा चढ़ा रहता है। यही चित्र भूत प्रेत बाधा से माने गये हैं। ऐसे ही लोग अपने आपसे न जाने क्या-क्या बड़बड़ाते भी रहते है। जरा ध्यान से देखिए। आपको तब सब कुछ पता चल जायेगा।

आदमी के मन में जब उत्साह नहीं होता है, तो वह बेतरह टूट जाया करता है। उसकी दशा भूत प्रेत व्यक्ति के समान हो जाया करती है।

यह अर्धविक्षिप्त सा हो जाता है। अपना रास्ता खोज नही पाता हैं। उत्साहहीन व्यक्ति में नैराश्य की भावना उसको और बराबर कर सकती है। निराशा उसका और सबसे बड़ा दुश्मन बन जाती है। वह बेतरह घबरा जाता है। भयभीत हो जाया करता है।

निराशा के कारण मेरे घबराये मित्र फिलिमओ जान का बुरा हाल हो गया था।

एक दिन उनका फोन सुबह-सुबह आया।

"स्वेट। मैं बहुत परेशान हूं।" उसका स्वर कांप रहा था" मैं

आत्महत्या कर लूंगा।"

"क्या बात हो गयी जान !"

"मेरी पत्नी गंभीर रूप से बीमार है। उसका आपरेशन होना है। कल तक एक हजार डालर चाहिए है इसके लिये और कल ही नौ हजार डालर एक व्यापारी को देने का मेरा वायदा है और दशा यह है कि मेरे पास केवल पचास डालर हैं। कुल···वह भी बैंक में···सारी रात मैं सो नही सका। क्या करूं ?"

जान बेतरह घबराया था। निराशा की भावना उसके मन में इस सीमा तक आ गयी थी कि वह आत्महत्या करने का विचार करने लग गया था। उसका ऐसा विचार करना समयानुकूल था। निराशा की भावना से भरा रहने वाला मनुष्य ऐसे ही व्यवहार करता है। कुछ देर तक मैं सोचता रहा। इसके बाद मैं उसके पास गया। उसे साहस ढाढ़स बंधाया। अन्ततः राय बनी कि वह अपनी मशीनें गिरवी रखकर कर्ज को यथाशक्ति चुकता कर दे। इसके अलावा और उपाय न था। जान ने ऐसा ही किया। फिर उसने निराशा की भावना को मन से निकाल दिया। जीजान से अपने काम में लग गया। उसने कुछ समय बाद मशीनें छुड़ा ली।

प्रायः परेशान करने वाली परिस्थितियां मनुष्य को घेर लिया करती हैं। ऐसा कौन-सा मनुष्य है, जिसके जीवन में अचानक परेशानियां नहीं आया करती है। सबको सामना करना पड़ता है। ऐसा मौके पर घबराने से काम नहीं बनता है। उत्साह साहस से काम लेना चाहिए।

निराशा का भूत लग गया, अविश्वास का प्रेत चिपट गया तो आपका जीवन बरबाद हो जायेगा। इस बात को आप न भूले।

जो भी परेशानी आये, संकट का सामना करना पड़े, अपना धैर्य बनाकर जियें। संयम, साहस से काम लें। दुगने उत्साह से काम करें। निराशा नैराश्य को बिलकुल पास न आने दें। हाथ पर हाथ रखकर निष्क्रिय होकर न बैठें। फौरन उसका तत्काल या दूरगामी हल निकालें। इस बात का ध्यान रखें कि हाथ पर हाथ रखकर बैठने से या रोने से समस्या का समाधान नही होगा। आपको स्वयं ही उसका समाधान करना होगा। आपकी परेशानी या समस्या को हल करने वाला और नहीं है। यह एक ऐसा सत्य है, जो केवल आप तक सीमित है।

अतएव मुकाबला करें।

निराशा को स्थान देकर आप अपना संकट और गहरा कर लेंगे। एक क्षण न गंवायें। जी जान से लग जायें।

परेशानी या संकट से लड़ने के लिये कमर कस लें और पूरी ताकत से उसे पछाड़ने का प्रयत्न करें। आपमें उत्साह, कर्मठता और कठोर परिश्रम करने की कामना होगी, तो आप उसे अवश्य पछाड़ देंगे। इसमें शंका नहीं है। आप उठकर खड़े हों तो···?

संकट या परेशानी से घवराना क्यों ?

वह तो आपकी परीक्षा लेने आया है। आप उससे डरते क्यों हैं? कुश्ती लड़िये। अपने को कमजोर मत मानिये। आप उसे अवश्य उठाकर पटक देंगे। यह बात सुनिश्चित मानें। जरा हिम्मत से काम तो लें।

इस दुनिया में ऐसा कोई संकट या परेशानी नहीं है कि जिसका कोई हल न हो। प्रत्येक समस्या का हल है। जरूरत इस बात की है कि उसको ठीक से समझा जाये। उसका हल शीघ्र भी हो सकता है और उनमें विलम्ब भी हो सकता है। हल अवश्य है। जब हल है, तो घवराहट या परेशानी क्यों? आप उसको एक हौआ क्यों मानते हैं? उसको अपना शत्रु मानकर उस पर चढ़ाई कर दें।

आप देखें कि कमर कसते ही समस्या की पकड़ ढीली होना शुरू हो गयी है। उसका शिकंजा कुछ हलका होने लगा है।

निराशा मन में न आये।

उत्साह से अपने को भरपूर रखें।

संकट या समस्या के उत्पन्न होने पर अगर आप निराशा से भर गये या अपना उत्साह समाप्त कर दिया और आपको चिंता सताने लगी कि हाय अब क्या होगा···तो आपकी घवराहट वरावर बढ़ती जायेगी। आप इस घवराहट से एकदम टूट जायेंगे और इस वात की पूरी संभावना है कि आप बीमार पड़ सकते हैं। आप बीमार पड़ गये तो और भी मुसीबत खड़ी हो जायेगी।

जो उत्साहपूर्वक जीते हैं और प्रत्येक दशा में प्रसन्नतापूर्वक प्रत्येक परिस्थिति का सामना करते हैं, यह यकीन मानिये वह बीमार नहीं पड़ते।

डाक्टर जानसन लिखते हैं, अपने पचास साल के डाक्टरी जीवन के

आधार पर मैं इस बात को कह सकता हूं कि मनुष्य की तीन चौथाई बीमारियां उसकी अपनी बनायी होती है। अपनी भावनाओं के कारण वह बीमार पड़ता है। शेष एक चौथाई बीमारियां खानपान या अचानक रोगों के कारण होती है।"—डाक्टर जानसन का यह कथन गलत नहीं है। उनका यह कथन एकदम सही है।

हमारा स्वास्थ्य हमारी विचारधारा के कारण प्रायः खराब हो जाया करता है। घबराहट बेचैनी उत्पन्न करती है। बेचैनी के कारण हमारा रक्त संचार, सामान्य श्वास प्रक्रिया प्रभावित होती है और इस कारण हम कोई न कोई रोग बुला लेते हैं। हमारी अधिकांश बीमारियों के पीछे यही रहस्य होता है। आप स्वयं इस पर विचार करके देख लें।

उत्साह के अभाव में निराशा।

निराशा के कारण उत्पन्न समस्या।

उत्पन्न समस्या के कारण छटपटाहट।

छटपटाहट के कारण बीमारी।

यह चार सीढ़ियां है जो हमारा शरीर बीमारी की ओर ले जाती हैं। जब एक सत्य है। इसको यदि आप समझ लेंगे तो आपको किसी प्रकार की भूत प्रेत बाधा न लगेगी। आप सदा स्वस्थ्य रहेंगे।

छोटी-छोटी बातें हमें परेशान कर डालती हैं। कोई हानि, चोरी, धोखाधड़ी या रिश्तेदार की समस्या, परिवार की आवश्यकता आपको परेशान कर सकती है। परेशानी से आप घबरा जाते हैं। आप कुछ भी हो, यह तय कर लें कि आप परेशान न होगे। आप पर किसी समस्या या संकट का हमला न होगा। आप अपना उत्साह बनाये रखें। ऐसा अवसर आने पर उसकी मात्रा बढ़ा दें। निश्चित रहें। प्रसन्न मन से काम में लगे रहें। उस समस्या का, संकट का हल खोजें और वैसा प्रयास करें। इसमें निराश होने की क्या आवश्यकता है।

कार्लाइल लिखता है, आखिर मनुष्य को परेशानी क्यों होती है?

यह प्रश्न उसने आपसे पूछा है।

आपका क्या जबाव है?

अधिक से अधिक आप यही जबाव देंगे। कि घबराहट···चिंता···हाय। अब क्या होगा···के कारण आप सोच-सोच कर परेशान होने

लगते हैं। कार्लाइल इसका उत्तर देता है, आप सोचिए मत। सही दिशा में सोचिए···यह मत सोचिए···'हाय अब क्या होगा···हे भग-वान···' ऐसा जरा भी न सोचें, वरना यह सोचें कि अब आपको करना क्या है ? क्या कर्तव्य है आपका ? अपने कर्तव्य पर विचार करें। कोई रास्ता निकालने की कोशिश करें। जब तक आप इस प्रकार नहीं करेंगे, आप विजयी नहीं होंगे। पराजित हो जायेंगे।

पराजय···आपकी पराजय का अर्थ है तब कि आपको भूत प्रेत लग गये और आप गये काम से। पराजित होने का अवसर ही न आने दें। जब आप इस प्रकार का रूप धारण कर लेंगे तो विजय निश्चित है।

परेशानी का अर्थ है, अपने पर झींकना।

अपने पर झींकने से क्या आपका काम बन सकता है ?

कदापि नहीं बन सकता है।

इससे तो आप और संकट में पड़ सकते हैं।

मेरी एलेन मेरी परिचित महिला है। वह हर समय निराशा से भरी रहा करती थीं। उनका मन हमेशा बुरी कल्पनाएं करता था।

उनका एक शिशु बीमार पड़ा। मेरी एलेन के मन में यह भावना घर कर गयी और निराश हो बैठ गयीं कि वह मर जायेगा।

नतीजा। वह मर गया···मेरी एलेन बेतरह रोयीं और घबरा गयीं। फिर उनका पांच वर्ष का लड़का भी बीमार पड़ गया। वह फिर घबराने लगीं। यह बच्चा भी मर जायेगा। बार-बार यही विचार उनके मन में आने लगा। रात दिन यही सोचकर वह डाक्टरों से रो-रो कर कहने लगीं, मेरे बच्चे को बचा लीजिये। डाक्टर साहब। बचा लीजिये। डाक्टर सांत्वना देते थे, पर उन पर इसका जरा भी असर न होता था। वह बराबर घबरायी और निराशा से यही कहा करती थी। उनके पति ने सारी बातें मेरे सामने रखीं। मैंने मेरी से बात की।

उनके पास बैठकर उनको बार-बार कहा कि वह बराबर यह सोचें कि उनका बच्चा ठीक हो जायेगा। जरूर ठीक होकर रहेगा। उसे कुछ नहीं होगा। उसके बारे में एक भी अशुभ विचार अपने मन में आने न दें। इसका प्रण कर लें। उनका बच्चा बच जायेगा।

मेरी सलाह पर मेरी एलेन ने अमल किया। वह निराशा में, कुविचारों

से मुक्त हो बार-बार सोचने लगीं, उनका बच्चा ठीक होकर रहेगा। जरूर जरूर स्वस्थ हो जायेगा। बराबर हर समय यह आत्म विश्वास उनके मन में अपना घर बनाने लगा। सचमुच कुछ समय बाद उनका बच्चा स्वस्थ होने लगा। एक दिन ऐसा आया कि वह पूर्ण स्वस्थ होने लगा। उन्होंने मुझे बधाई दी।

तब मैंने बतलाया कि अगर वह चाहती तो उनका शिशु भी बच सकता था।

कभी भी बुरे विचार या कुशंकाएं अपने मन में न पनपने दें।

मेरी एलेन इस सिद्धान्त पर अमल कर रही हैं। उनका पहला जीवन अब बड़ा सुखी और सम्पन्न है।

हमेशा अपने मन में अच्छे विचार रखें। अच्छी अच्छी बातें सोचा करें। इनका परिणाम शुभ होगा। सदा कुशंका करना, अपने पर संकट आने की कल्पना करना खुद को मुसीबत में डालना है। आपके हर विचार एक दिन सचमुच सचाई में बदल सकते हैं!

भूत प्रेत कुछ नहीं है। अगर हैं तो इसी प्रकार के। हम खुद उनको अपने इस प्रकार के व्यवहार द्वारा आमंत्रित करते हैं। स्वयं हम उसके शिकार होते हैं। निराशाएं हमारा जीवन बरबाद कर डालती हैं। हमारा सबसे बड़ा शत्रु निराशाएं और कुशंकाएं ही है। इन पर हमको विजय प्राप्त करना चाहिए।

एक प्रतिनिधि का उदाहरण दूं। वह साबुन बनाने वाले कारखाने का प्रतिनिधि था। जब वह न्यूजर्सी में आया तो उसका माल बिलकुल न बिका। किसी दुकानदार ने उसका माल रखना स्वीकार न किया। कई दिये वह भटका, पर कुछ नतीजा न मिला। पास के पैसे खत्म हो गये होटल का बिल चढ़ गया। नौबत अपनी घड़ी और अंगूठी बेचने की आ गयी। उसने हिम्मत से काम लिया। निराशा को पास न आने दिया। उसने थोड़ा और घाटा उठाया। बतौर नमूना उसने अपने कुछ साबुन एक क्षेत्र में कुछ घरों में गृहणियों को मुफ्त बांटा। नतीजा…पासपड़ोस में चर्चा होने लगी। साबुन अच्छा था भी। तब और लोग दुकानों पर जाकर मांगने लगे। इस मांग के कारण दुकानदारों ने उसका माल खरीदना शुरू कर दिया उसने तब बड़ा अच्छा व्यापार किया।

अब आप विचार करिये। अगर वह युवक घबराकर अंगूठी घड़ी बेचकर चला गया होता तो क्या होता। वह घबराया नहीं। उसने उत्साह, साहस से काम लिया। फलतः सफलता हाथ लगी। यह एक छोटा-सा उदाहरण है। इस पर मनन कर आप भी नया मार्ग प्राप्त कर सकते हैं।

कभी भी घबराइये नहीं। इन भूत प्रेतों से आपको डरने की आवश्यकता नहीं है। हिम्मत उत्साह से काम लें। हिम्मत उत्साह से इस प्रकार के भूत प्रेत स्वयं डरकर भाग जाया करते हैं। आप इन मंत्रों का प्रयोग तो करके देखिए।

नैराश्यपूर्ण जीवन ही नरक है।

निराशा से भरा मनुष्य अपना जीवन एकदम नर्क बना लेता है।

नाना प्रकार की खामियां उसको घेर लिया करती हैं। निराशा आदमी को तोड़कर रख देती है। आप निराश क्यों होते हैं?

निराशा हमारा एक वहम मात्र है। हम इस वहम के शिकार हो जाया करते हैं!

एक सवाल है इमर्सन का—श्रीमान! आप यह बतलायें कि आप निराश क्यों होते हैं?"

आप क्या जवाब देंगे?

आपसे यही सवाल किया जाये तो आप क्या उत्तर देंगे?—निराश क्यों है? आखिर बात क्या है? आप इसके लिये पचास तरह के तर्क देंगे कि अमुक कारण है···अब क्या हो सकता है। इस समस्या या परेशानी से निपटने का मेरे पास कोई साधन नहीं है।···आपके सारे तर्क व्यर्थ हैं। गंभीरता से आप उन पर सोचेंगे तो पायेंगे कि आपका हर उत्तर बेकार है। समस्या या परेशानी से भागना एक बहाना मात्र है। आप पर जो अतिरिक्त श्रम भार आ पड़ा है, उससे आप भाग रहे हैं, एक जिम्मेदारी आप पर आ पड़ी है, उसका भार उठाने से आप कतरा रहे हैं।

इसका तो यही अर्थ है अन्यथा क्या कारण है, आपकी परेशानी?

यह हमारा एक वहम मात्र है।

यह छलना है।

इस प्रकार हम अपने आपको डराते हैं। स्वयं को धोखा दे रहे हैं। अपने साथ ही हम बेईमानी कर रहे हैं। इसका अंजाम नुकसान होगा

आप इससे बच नहीं सकते हैं। परेशानी में रहने से समस्या हल न होगी। अगर हो तो आप जरूर परेशान हों।

रावर्ट जार्ज वैम्सन मेरा मित्र है। संकट आने पर अपने चेहरे पर कभी शिकन नहीं आने देता है। उसका चेहरा, बोल चाल, हाव-भाव देखकर आप इस बात की कल्पना भी नहीं कर सकते हैं कि वह कैसे संकट में हैं। बड़े जीवट का आदमी है। इसी कारण आज वह संघर्ष कर अच्छा सुखी जीवन व्यतीत कर रहा है पर कुछ साल पहले उसकी क्या दशा थी। मैं बताऊं।

जार्ज के हाथ में घड़ी न थी। घड़ी पहिनने का निशान था।

"तुम्हारी घड़ी क्या हो गयी?"

"बनने दी है यार।" उसने हंसकर कहा।

कुछ दिन बाद पता चला कि उसने वह घड़ी गिरवी रख दी थी। अपनी पत्नी की बीमारी की दवा खरीदना था। उसने बात गुप्त रखी। एक दिन मैंने रावर्ट को मजदूरी करते देखा।

"अरे रावर्ट। तुम"

"हां। जरा अनुभव कर रहा हूं।"

"तुम तो जैम्सन कंपनी में क्लर्क थे।"

"आजकल छुट्टी पर हूं।" वह काम करते करते बोला।

रावर्ट ने कभी अपनी वास्तविकता का परिचय नहीं होने दिया। एक बार वह दो दिन का भूखा था पर उसने केवल चाय पी। कुछ खाने का अनुरोध तक न किया। न ही उसने इस बात को वतलाया। वह चुप-चाप सब बरदाश्त कर लेता था। आप ऐसा कर सकते हैं? अगर आप ऐसा कर लेंगे तो निश्चय मानिये कि आप एक दिन सफल बनकर रहेंगे। अपने संकट, परेशानियां, समस्याएं छिपाकर रखो। केवल अपने तक सीमित रखें। इनको भूत प्रेत न बनने दें वरना आपसे लिपट आपको खा जायंगे।

आदमी वह सच्चा है, जो बड़ी से बड़ी मुसीबत में भी अपने चेहरे पर एक भी शिकन नहीं आने देता। चुपचाप सब बरदाश्त कर लेता है। होंठों पर एक भी शब्द नहीं लाता।

रावर्ट ने कितनी अच्छी बात कही, "जब आप दर्द नहीं पी सकते तो दुनिया में क्या कर सकते हैं। मर्द वही जो दर्द पी सके और उफ भी न करे

लोगों से अपनी दुःख, परेशानियां कहता फिरे। वह केवल सहानुभूति के अलावा और क्या दे सकते हैं। वाद में मैं उपहासका पात्र भी वन सकता हूं। आखिर भोगना तो मुझे ही है। मैं क्यों न हंसते-हंसते भोगूं। इसमें मेरा क्या खर्च होता है।"

किननी ऊंची वात है।

जरा आप रावर्ट के इस कथन की गहराई में जाइये। आपको इसका महत्त्व पता लग जायेगा। कोई भी संकट आये। प्रफुल्ल रहकर प्रसन्न मन से उसका सामना करिये। आपका काम वनेगा और संकट जल्दी हल होगा। प्रायश्चित, अफसोस या छटपटाने से अथवा गाल पर हाथ रखकर सोचते रहने से वात नहीं वनेगी और न संकट का समावान संभव है।... इसी कारण यह लक्ष्य आपको जीवन दे सकता है।

एक लोक-कथा याद आ गयी।

कहां की है? किस देश की है, यह तो मैं न ही जानता पर इसी संदर्भ में है।

एक वार ईश्वर ने एक फरिश्ते से पूछा, "तुम तो पृथ्वी लोक वरावर जाते हो।"

"हां भगवन!"

"मेरे वनाये मनुष्यों का क्या हाल है?"

"अपने कर्म करते है। फल पाते हैं।"—फरिश्ता वोला।

"सवसे अच्छे कौन हैं?"

"मैं नही जानता।"

"पता करके वताओ।"—ईश्वर ने आज्ञा दी।

फरिश्ता चल पड़ा। उसने रास्ते में दुःख संकट से मुलाकात की। उनको अपने साथ ले चला। दुःख संकट को हुक्म दिया, वह एक साथ कई लोगों पर हमला कर दें। हमला कर दिया दुःख संकट ने। सारे लोग रोने तड़फने छटपटाने लगे। एक पर असर न पड़ा। उसको क्या...चोरी हो गयी थी। वह अविचलित था।

"आग लगा दो उसके घर में।"—फरिश्ता ने हुक्म दिया।

संकट ने आग लगा दी।

फिर भी वह अडिग रहा।

"इसकी पत्नी का खातमा कर दो।"

दुर्घटना हो गयी। उसकी पत्नी मर गयी। वह शान्त बना रहा। मेहनत मजदूरी करके पेट पालने लगा।

"इसका काम धंधा चौपट कर दो।"

बेचारे को काम मिलना मुश्किल हो गया। दो दिन भूखा रहा। पानी पी पीकर समय काटा पर होंठों पर शिकायत का एक भी शब्द न आने दिया। न उसने ईश्वर को, न भाग्य को कोसा, न आंसू बहाए। संतोष के साथ फुटपाथ पर सो गया। तब फरिश्ता खुश हो गया।

उस आदमी को वह उठाकर ईश्वर के पास ले गया।

"यह मनुष्यों में श्रेष्ठ मनुष्य है।"

फरिश्ता ने घटना का सारा विवरण दिया। ईश्वर ने उसे वरदान दिया। जाओ तुमको सब कुछ मिलेगा। जो इच्छा करोगे, वह पूरी होगी।

यह लोक कथा ही अपने आपमें एक बड़ी बात कह रही है।

जब आपका व्यवहार इस प्रकार का होगा, तब कोई भूत या प्रेत आपके पास आयेगा ही नहीं। उसे तो आपकी परछाईं में भी भय लगेगा।

नेपोलियन ने एक प्रकार का बहुत अच्छा जवाब दिया है।

प्रश्न था, "तुम्हारी लगातार विजय का रहस्य क्या है?"

"मेरी सतर्कता और विश्वास। घबराता बिल्कुल नहीं हूं।"

वास्तव में नेपोलियन युद्ध में बेतरह घिर जाने के बाद भी जरा न घबराता था। वह युद्ध का संचालन करता रहता था। हम जरा-जरा सी बात पर घबरा जाते हैं। घबराहट के कारण छोटी-सी मुसीबत भी पहाड़ के समान नजर आने लगती है। तिल को ताड़ तो हम अपनी घबराहट के कारण बना देते हैं। हाय! क्या करेंगे, कैसा करेंगे हम···बड़ी मुश्किल हो गयी बड़ी मुसीबत आ गयी? अब क्या होगा?···बस। रोना पीटना, छटपटाना···इतना होते ही आपको बेचैनी, चिंता, आशंका के भूत प्रेत घेर लेंगे और आपकी नींद हराम हो जायेगी। आप हर तरह से नुकसान उठायेंगे।

ऐसा क्यों करते हैं आप?

ईश्वर ने आपको एक अलौकिक वस्तु दी है। यह वस्तु जितनी अधिक कारगर मात्रा में आपके पास है, उतनी संसार के किसी प्राणी के पास

नहीं है।

यह अलौकिक वस्तु या व्यक्ति है, बुद्धि !

"इसका उपयोग करिये। बुद्धि से काम लीजिये। अरस्तू लिखता है कि संकट के समय बेवकूफ आदमी भी बुद्धिमानी से काम लेने लगता है। अतएव सोचें समझें। घबराये नहीं। आदमी की जिंदगी में उतार चढ़ाव तो लगे ही रहते हैं। ऐसा न हो तो यह दुनिया एकरस न हो जाये और एकरस विनाश का प्रथम चरण है। अतएव उतार हो या चढ़ाव, बुद्धि का प्रयोग करें।

आपका जीवन सुखमय होगा। आप सच्चा जीवन का सुख पायेंगे। यह एक ऐसी अलौकिक शक्ति है कि आपको किसी प्रकार भी भूत प्रेत बाधा नहीं होगी। कोई तंत्र मंत्र यंत्र की आवश्यकता नहीं है। आपके पास यह अलौकिक शक्ति पहले से है। छिपी पड़ी है।

उसे बाहर निकालें।

प्रयोग में लायें। तब देखें कि सारे भूत प्रेत आपको देखते ही किस प्रकार घबराकर भाग जाते हैं!

उड़ने वाली दरी

एक विज्ञापन एक अखबार में छपा देखा था। उसमें एक व्यक्ति दरी पर आराम से बैठा, हुक्का पीता उड़ा जा रहा था। शीर्षक था, उड़ने वाली दरी। यह विज्ञापन शायद किसी हवाई यात्रा कंपनी का था, पर बड़ा मनोरंजक था। क्या सचमुच ऐसी कोई दरी है, जिस पर हम इस प्रकार बैठकर उड़ सकते हैं। कैसी मजेदार कल्पना है। है न। मजा आ जायेगा। तब एक दिन बातों-बातों में मैंने प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक हैरीसन से इस दरी की चर्चा की। मेरी बात पर वह खिलखिलाकर हंस पड़े। बोले, "मेरे पास इस प्रकार की दरी है। यकीन मानो।"

इसके बाद हैरिसन बोले, "कल्पनाओं की दरी पर बैठकर मैं तमाम चिंताओं और परेशानियों से छुटकारा पा लेता हूं। जब कोई परेशान करने वाला विचार मेरे मन में आता है तो मैं अपनी इस दरी को निकालकर उड़

जाया करता हूं। मेरा मन एकदम हल्का हो जाता है। मैं नाना प्रकार की मीठी सुखद और शुभ कल्पनाएं करने लगता हूं कि इस दरी में बैठकर मैं एक ऐसे देश में चला गया, जहां···नाना प्रकार की रसिकता पूर्ण कल्पनाएं जो मन को मीठी अच्छी लगे, हैरिसन ने बतलाना शुरू कर दिया।

मैं मुस्कराकर सुनता रहा।

डाक्टर हैरिसन की यह बात मुस्कुराने या हल्के ढंग से लेने की नही है। डाक्टर ने जीवन का एक बड़ा सत्य उजागर कर दिया है। मानसिक रूप से परेशान, चिंताओं, समस्याओं से घिरे लोगों के लिये एक सरल उपाय बतला दिया है। इसके द्वारा थोड़े से प्रयास के द्वारा कोई भी आदमी बड़ा सुख पा सकता है। वह अपने को प्रसन्न और हल्का रख सकता है। वह कभी भारीपन महसूस नही करेगा और न ही वह थकावट का अनुभव करेगा। उनका मन उत्साह उमंग से भरा रहेगा।

कुछ समय बाद उद्योगपति रेमेंड साउथटन से बात करने का मौका मिला। चिंताओं और परेशानियों की बाते होने लगी तो वह बोल पड़े। मुझे कोई चिंता या परेशानी सताती ही नही है।"

"वह कैसे ? क्या ऐसी स्थिति कभी नही आती है ?"

"नही, हर रोज कोई न कोई चिंता या समस्या का सामना बराबर करना पड़ता है।"

"फिर क्या करते है ?"

"वह सामने खड़ी रहती है। मै उनसे छुटकारा पाने की कोशिशें करता हूं, पर वह मुझको सताती जरा भी नही है। उसके कारण कोई दुःख या परेशानी नही उठानी पड़ती है।

"वह कैसे ?" —मेरा अगला प्रश्न था।

वह मुस्कुराये ! बोले,—"मैं कल्पना की दरी निकाल लेता हूं। उस पर बैठकर आराम से उड़ जाया करता हूं।"

मै चौंक गया। अरे···फिर दरी, उड़ने वाली दरी की बात। उड़ने वाली दरी—यह तो कमाल की बात हो गयी···उड़ने वाली दरी का फरिश्ता फिर सामने आ गया। अब मैं इस बात को मानता हूं कि इस प्रकार की दरी का रखना प्रत्येक मनुष्य के लिये आवश्यक है। बस ! इसे निकालें। इस पर बैठें और उड़ जायें। इस दरी को खरीदना नही पड़ना

है। इसका निर्माण आप अपने मन में कर सकते हैं। थोड़ा-सा प्रयास कर इसको बहुत अच्छे ढंग से बना सकते हैं। इसको बना लीजिये। सचमुच आपका जीवन खुशनुमा हो जायेगा।

एक व्यक्ति है। उसे नींद नहीं आती। उसे नींद लाने के लिये गोलियों का सहारा लेना पड़ता है।

क्या आप गोलियां लेना अच्छा समझते हैं। यह बीमारी को और बढावा देना है।

क्या जरूरत है, इन गोलियों की ?

नींद न आने का कारण चिंता, परेशानी घबराहट दिमाग में हर समय वही वही...इस कारण नींद नही आती है। रात करवटें बदलते बीत जाया करती हैं। बहुतों के साथ ऐसा होता है। एक चिताग्रस्त परेशान आदमी की आंखों की नींद उड़ जाना एकदम स्वाभाविक बात है, यह आश्चर्य नही है। होता है, किसी भी कामना, समस्या का मनुष्य पर सबसे अधिक प्रभाव उसके मस्तिष्क पर होता है।

मस्तिष्क पर असर होता है, तो फिर नीद न आना एकदम साधारण बात है।

आदमी सो नहीं पाता है।

नीद आने का सबसे अच्छा उपाय इस उड़न-दरी पर बैठकर उड़ जाना ही है। अगर आप कल्पना शुरू कर दें। पहले तो कुछ कठिनाई होगी पर बाद में यह आपका स्वभाव बन जायेगा। अच्छा तरीका यह है कि आपका समय अच्छा हो या बुरा...प्रति रात आप इस प्रकार की कल्पना करने की आदत डाल लें। तब संकट के समय आपको बड़ी आसानी होगी।

उड़ने वाली दरी निकालें।

सब कुछ भूल जायें।

उस पर बैठें कभी परियों के देश में चले जायें, कभी देवताओं के देश में, कभी किसी के पास, जिसके भी पास जाना आप ठीक समझें।

मधुर-मधुर, मीठी-मीठी रंगीन कल्पना भी में रंग जायें। फिर आप देखेंगे कि इस प्रकार की कल्पना करते-करते ऐसे हालातों में डूबे-डूबे आपको नीद आ जायेगी। आप सो जायेंगे अन्यथा आपके दिमाग में घूमने

वाली सब चिंताएं आपकी नींद खराब कर देंगी। आप अनिद्रा के शिकार और रोगी बन जायेंगे। उड़ने वाली दरी की कल्पना आपकी रक्षा करेगी।

सबसे बड़ी बात आप परेशान क्यों होते हैं ?

परेशान होने के स्थान पर उस संकट को हल करने में लगें। केवल आप ही उसको हल कर सकते हैं। दूसरा कोई नहीं। आपको ही सब करना होगा। आप रोये या हंसे। भोगना आपको ही है। अतएव कमर कस लें। रात में मीठी नींद सोयें उड़ने वाली दरी पर बैठें। इस प्रकार से आप किसी भी संकट से छुटकारा पा सकते हैं।

निराशा और संकटों में पराजय आदमी को तोड़कर रख देती है।

मनुष्य आज परेशान क्यों रहता है ? निराशा या अपनी पराजय के कारण इसकी मात्रा बढ़ जाने पर वह खुदकुशी कर लेता है। यही कारण है आत्महत्या का।

केवल मनुष्य ही आत्महत्या करता है।

क्या कभी किसी जानवर को या अन्य और प्राणी को आपने आत्म-हत्या करते देखा है, सुना है...यह काम केवल मनुष्य करता है...उसके पास बुद्धि है और बुद्धि की भ्रष्टता की पराकाष्ठा के कारण वह आत्महत्या करता है...केवल मनुष्य ! इसी से आप अनुमान लगा लें कि मनुष्य सब प्राणियों में सबसे ज्यादा संवेदनशील है। उस पर विचारों का बड़ा प्रभाव होता है।

विचारों की प्रसन्नता के कारण ही वह प्राण गंवा देता है। जब गंवा सकता है, तो पुनर्जीवन भी पा सकता है।

इसका अर्थ विचारों मे प्राण लेने की शक्ति है, तो नया जीवन देने की शक्ति अवश्य है।

तब क्यों न हम विचारों से नया जीवन पायें।

नया जीवन हमारे लिये हितकर होगा।

मरने के नहीं—

जीने के—

शान से, शौकत से—

जीने के उपाय क्यों न अपनायें ?

तभी तो हमारा मनुष्य जीवन सार्थक है...यही शाश्वत जीवन का

अर्थ है।

कुछ लोग नैराश्य की भावना से इस सीमा तक पीड़ित हो जाते है, कि वह कुछ भी कर सकते हैं ? मेरी एक परिचित ने तो अपने घर में ही आग लगा दी थी और आये दिन हम समाचार पत्रों में पढ़ते रहते हैं कि सारे परिवार की हत्या कर अपनी भी जीवन लीला समाप्त कर दी। इस प्रकार के नृशंय कृत्य प्रायः होते हैं। जीवन से निराशा की चरम सीमा होती है यह।

समझ में नहीं आता लोग निराश क्यों होते हैं ?

ईश्वर ने सब कुछ इस दुनिया में दिया है। इसके वावजूद अगर हम नहीं पा सकते हैं, तो इसमें दोष किसका है ? दोष हमारा अपना है। निराशा के स्थान पर हम प्रयास करें। बार-बार का प्रयास, अन्ततः सफल हो जाता है। इस सिद्धान्त को न भूलें कि निराशा आशंका का ही दूसरा रूप है। पहले निराशा को भगाइये तब आशा आयेगी। यह दोनों वहिनें एक-दूसरे की सौत हैं।

निराशा आदमी का जीवन नरक बना देती है। निराश व्यक्ति नाना प्रकार के व्यसनों का आदी हो जाता है। वह मादक द्रव्यों का सेवन कर अपना गम भूल जाना चाहता है। अधिकांश लोग मादक द्रव्यों का सेवन इसी कारण करते हैं। उस दिन मैं जा रहा था। एक भिखारी सा आदमी सड़क की गंदगी में पड़ा था। उसने शराब पी रखी थी। तन के कपड़े न वनवाकर शराब में पैसा गंवा रहा था। वताइए, पहले वीवी बच्चे भूखे हैं, सामान की कमी है—बच्चों के कपड़े नहीं है—किताबें और स्कूल की फीस नहीं है···अब शराब पी रहा है। यह कैसी विडम्बना है। अपनी असफलता के कारण उत्पन्न निराशा के लिये किसी भी प्रकार के मादक द्रव्य का सेवन करना तो और भी पैरों पर कुल्हाड़ी मारना है। यह पलायनवादी प्रवृति है।

पलायनवाद आदमी की सबसे बड़ी कमजोरी है।

संघर्ष, से परिस्थितियों से भागना सबसे बड़ी कायरता है और इस पर परदा डालने के लिये मादक द्रव्यों का सेवन तो जहर है।

इस पर विचार करिये आप।

पलायनवादी न बनें।

संघर्ष करें।

आइए उड़ने वाली दरी पर बैठें और आराम से सोयें। सुख न सही कल्पना द्वारा उत्पन्न संकट को दूर करें। है न ठीक बात। अगर आप ऐसा कर लें तो समझ लें कि आपने संग्राम जीत लिया। क्या पलायनवाद से आप अपनी समस्या से छुटकारा पा सकते है? क्या हाथ पांव रखकर निराश बैठने अथवा मादक द्रव्य का सेवन करने में आपकी समस्या हल हो सकती है? कदापि नहीं—तब आप ऐसा करते क्यों है?

यह तो आपकी मूर्खता कहलायेगी।

नैराश्य की भावना आपके मनमें जरा भी न आने पाये। यह मानव जीवन का सबसे खतरनाक रोग है। फ्रस्ट्रेशन नैराश्य आदमी को अर्ध-पागल बना देता है। जितनी व्यापक हानि फ्रेस्ट्रेशन की है, उतनी नैराश्य की नहीं। फ्रस्ट्रेशन में ईर्ष्या भी सम्मिलित है।

एक स्कूल में एक अध्यापिका थी। वह अत्यन्त योग्य थी। स्कूल में एक पद आगे का रिक्त हो गया। उसे पूरा विश्वास था, यह पद उसे मिलेगा, पर मामला कुछ इस प्रकार का पड़ा कि उससे कम अनुभवी अध्यापिका को वह पद मिल गया। अध्यापिका फ्रस्ट्रेटेड हो गयी। उसके पढ़ाने का ढंग बदल गया। अपनी छात्राओं को वह डांटने लगी। उसका स्वभाव भी चिड़चिड़ा हो गया। जब हमको किसी असफलता का-निराशा का सामना करना पड़ता है, तो हम अपना दिमागी संतुलन खो बैठते हैं। हमारा व्यवहार अलगाव भरा हो जाता है। परिवार के सदस्यों के प्रति हमारा व्यवहार चिड़चिड़ा हो जाता है। अपनी प्यारी संतानों से हम झल्लाकर बोलते है। कभी-कभी पत्नी बुरी लगती है। परिवार के सदस्य यदि कोई मनोरंजन करते है, तो चीख पड़ते है और बड़ा बुरा लगता है। आमोद प्रमोद एकदम नागवार हो जाता है।

क्यों हमारी मनोदशा इस प्रकार होती है?

यह ठीक है कि हमारे मन पर ठेस लगती है। हमारा मन टूट जाता है पर हम अपना दबाव दूसरों पर क्यों पटकते हैं। क्या किया है उन्होंने? उसका फल हमारा परिवार क्यों भोगे? क्या यह अन्याय नहीं है? अपने निर्दोष परिवार और मासूम बच्चों को आप अपना शिकार क्यों बनाते है? इन लोगों ने आपका क्या बिगाड़ा है?

कुछ लोग अपनी निराशाओं चिंताओं के कारण अपने परिवार का भी जीवन नरक बना दिया करते हैं। परिवार के सदस्य अकारण ही चिंतित परेशान रहने लगते है। घर आये हैं मुंह लटकाए। अपना दुःख सुनाना शुरू कर देते हैं। ठंडी सांसे---खाना पीना बंद। मनोरंजन बंद। भला आपको क्या अधिकार है ! इस तरह से आप अपने परिवार का भी सुख बिगाड़ देते है।

फिलिप्स एक आदर्श गृहपति है।

वह हमेशा अपने परिवार में हंसता मुस्कराता रहता है। अपनी कठिनाइयों, परेशानियों की चर्चा वह अपने परिवार से नहीं करता। उसको भनक तक नही लगने देता। उसका कहना है कि उसके किए का फल उसका परिवार क्यों भोगे ? क्यों ? क्या अपराध है उनका। वह परिवार की खुशियां बनाए रखता है।

उसका एक मित्र मिलने आया घर पर, पर घर का उल्लास पूर्ण वातावरण देखकर दंग रह गया। फिलिप्स बच्चों के साथ ताश खेल रहा था।

मित्र ने आश्चर्य से कहा, "फिलिप्स क्या बात है। लगता है, तुम्हारे दो लाख डालर के घाटे की बात गलत है।"

"नहीं, सच है।"— वह मुस्कराया।

"बाप रे ! इतना घाटा। फिर भी तुम हंस रहे हो।"

"तो रोकर क्या होगा मेरे दोस्त। घाटा होना था, हो गया। उसको मैं भुगतूंगा ! ...अब मैं अपने परिवार का भी सुख नष्ट कर उस घाटे को और नहीं बढ़ाना चाहता।"

अगर आप गृहपति हैं, तो आपका व्यवहार मेरे मित्र फिलिप्स के समान होना चाहिए !

अपनी उड़ने वाली दरी पर बैठकर फिलिप्स रात में सो जायेगा।

सचमुच ऐसे ही मनुष्य जीवन में निश्चित रूप से सफलता प्राप्त करते है। अपने कष्ट और परेशानियों के कारण दूसरों का सुख छीनने का आपको कोई अधिकार नहीं है। आप इस प्रकार और अपनी परेशानी बढ़ा लेते हैं।

नैराश्य के कारण एक प्रकार का मानसिक तनाव उत्पन्न हो जाता है। मानसिक तनाव की उत्पत्ति के कारण नाना प्रकार की बीमारियां घर

वना लेनी है।

बदन में दर्द, शिरोपीड़ा, रक्त चाप, हृदय रोग साधारणतया हो जाते है। इन रोगों को आक्रमण करने में तव समय नहीं लगता है।

तनावग्रस्त आदमी का तनाव बड़ी जल्दी बीमारी में बदल जाया करता है। बीमारी के कारण आदमी और टूट जाता है। एक परेशानी जब पैदा हो जाती है, तो दूसरी परेशानी को आती देर नहीं लगती है। वह फौरन आ धमकती है। तव किसी परेशानी को पनाह ही क्यों देना? कहावत है कि मुसीबत अकेली नहीं आती है। इस कारण आप मुसीबत को ही न बुलायें, तो कैसा रहे।

थोड़ी-सी समझदारी से काम लें। आप जरा-सी समझदारी के बल पर समस्याओं के बड़े-बड़े पहाड़ों के नीचे दबने से बच जायेंगे। थोड़ा-सा डायनामाइट समझदारी का प्रयोग कर आप बड़े-बड़े पहाड़ों को जो मुसीबत बनकर आते हैं, उड़ा सकते हैं। इस डायनामाइट का प्रयोग तो करें।

तनावग्रस्त आदमी हमेशा बौखलया-सा रहता है। वह कोई रास्ता तलाश नहीं कर पाता है। भटके राही के समान उसका हाल हो जाया करता है।

अपनी दशा इस प्रकार की न बनायें।

अरस्तू ने कहा है, क्रोध आये तो मुंह बंद कर लो। एक और विद्वान का कथन है कि सौ से एक तक उल्टी गिनती गिनना शुरू कर दो। क्रोध ठंडा पड़ जायेगा। एक बात और है कि क्रोध उमड़े तो मुंह में पानी भर लो। मेरा भी इसी प्रकार कहना है कि जब भी आप अपने को तनावग्रस्त महसूस करें, परेशानी का अनुभव करें और नींद न आती हो तो अपनी यह उड़ने वाली दरी निकाल लें। आराम से इस पर बैठकर आकाश की सैर करते हुए मनचाहा सुख प्राप्त करें। अपनी रंगीन कल्पनाओं में खो जायें। आपका मन एकदम हलका हो जायेगा। मीठी नींद आ जायेगी आपको… उड़ने वाली दरी बड़ी ही रामबाण दवा है।

परिस्थितियां आदमी को तोड़कर रख देती है।

टूट गया आदमी कहीं का नहीं रह जाता है। बुझा-बुझा चेहरा, ढीला शरीर, मजबूरन जिंदगी घसीटता…नीरस…आपने इस प्रकार के बहुत से लोग देखे होंगे। जानवरों की तरह दफ्तरों में आंखें गड़ाए अपना कार्य

करते रहते हैं। कहीं कोई जीवंतता नहीं। आनंद का प्रकाश नहीं। मुर्दनी, मनहूसियत भरा सारा वातावरण…लगता है कि मानो मुर्दाघर में आ गये है।

ऐसे आदमी जिंदा लाशों में बदल जाते हैं। चलती फिरती लाशें…!

क्या लाश बनकर जीना आपकी नियति है ?

ना।

उल्लासमय, आनंदमय जीवन जियें आप…मुस्कराहटों भरा, खुशियां भरा। परिस्थितियां इनको छीनना चाहती हैं। आप उनके आगे न झुकें। इनको बरकरार रखें। कुछ भी हो प्रसन्न रखें अपने को…तरोताजा रखें। कुछ लोग इस प्रकार हैरान परेशान हो जाया करते हैं कि उनकी भूख प्यास तक मर जाती है। खाना पीना अच्छा नहीं लगता। कल तक रूखा सूखा भी मीठा लगता था, पर आज हलुवा पूरी भी जहर लगती है। क्यों ? हलुवा पूरी जहर नहीं हुई है। आपकी विचारधारा ही तो बदल गयी है।

खाने-पीने से परहेज क्यों ?

जो होना था, हो गया।

कुछ लोग नहाना धोना, सजना सवरना बंद कर देते हैं। उनका, वेश साज-सज्जा ही बतला देती है कि परेशान हैं वह। परेशानी का साइन बोर्ड अपने वेश और चेहरे पर लटकाकर चलने लगते हैं। दुनिया मजाक उड़ाती है। आप अपना तमाशा क्यों बनाते हैं ?

अपने को संयत रखिए। संयम से काम लीजिये। साहस उत्पन्न करिये। आपका प्रत्येक काम बन जायेगा। संसार का ऐसा कोई संकट नहीं है, जो हल न किया जा सके। प्रत्येक समस्या का समाधान होता है। प्रत्येक उलझन सुलझती है। समस्या अगर उत्पन्न होती है, जो उसका हल भी है। उलझन है, तो उससे निकलने का रास्ता भी है। उपरोक्त व्यवहार के द्वारा हम हल नहीं करते हैं, जो रास्ता है, उसको भी नहीं देख-खोज पाते हैं। इस प्रकार अपना रूप बनाकर हम अपना भविष्य और भी नष्ट करते हैं।

अपने पर संयम और संतुलन रखें।

इसका बड़ा अच्छा फल मिलता है।

ईश्वर द्वारा दी गयी बुद्धि का जो मनुष्य जितना अधिक प्रयोग करता है, होशियारी के साथ, वह उतना ही सुखी होता है।

तनाव, मानसिक परेशानियों से घबराने और उन पर हाय-हाय करने से और हानि होती है। बार-बार उन पर सोच न व्यर्थ है। हर समय उनके ही दबाव मे नही रहना चाहिए। दबाव में रहने और बार-बार उन पर सोचने की अपेक्षा उनसे छुटकारा पाने के उपायो पर विचार करना ज्यादा अच्छा है। हर समय इनका बोझ उठाए फिरना स्वयं के लिये हानिकारक है।

इनको जितना कम आप बढ़ावा देंगे, उतना अच्छा है। जितना समय आप इनसे मुक्ति पाने के लिये देंगे, उसी अनुमान से यह आपका पीछ छोडना शुरू कर देंगी।

लांगमैन लिखता है, "परेशानियों पर सोचो। यह सोचो कि इनसे छुटकारा कितनी जल्दी पा सकते है ?"

बैठिए उड़ने वाली दरी पर और छुटकारा पाइए। धैर्य, शांति की शक्ति प्राप्त करिये और मुक्त होइए इन भूत-प्रेतो की बाधा से। ठीक है न ?

दो देवदूत

अधिकाश लोग प्रातः उठकर या जब भी कभी उचित अवसर देखते हैं, ईश्वर से प्रार्थना करने लगते हैं। उनको ईश्वर यह दे, वह दे। अधिकांश ईश्वरीय प्रार्थनाओं, भजनों और आरतियों से परमपिता परमेश्वर से नाना प्रकार की याचनाएं की जाती हैं। अमुक-अमुक कार्य ईश्वर पूरा करे। यही भावना रहती है। मेरे मित्र डेविड वर्न्स ने एक दिन दोपहर के भोज पर एक बात बतायी।

"मैं तो कोई प्रार्थना नही करता।"

"क्यों ? क्या तुम्हें ईश्वर पर विश्वास नही है।"

"मुझे तो पूरा विश्वाम है।"—वह मुस्कुराया।

"तब प्रार्थना में क्या हानि है।"

"हानि तो नही है। ईश्वर के प्रति मुझको पूरी श्रद्धा और विश्वास

है। वसे मैंने दो देवदूत अपने बना रखे हैं।"

"दो देवदूत।"

"हां! मेरे पास दो देवदूत हैं। इनके कारण अलौकिक शक्तियों से भरपूर हूं। यह हमेशा मेरी सहायता करते हैं। इस कारण मेरा जीवन अत्यन्त सुखी है।" वह हंसने लगा।

डेविड बर्न्स ने पूरी दृढ़ता के साथ इस बात को कहा था। अतएव उस पर अविश्वास करने का कोई भी कारण न था। वास्तव में दो देवदूत डेविड ने अपने बना रखे थे। इन दो देवदूतों के कारण उसका जीवन सुखी सम्पन्न था।

आप भी इस प्रकार के देवदूत अपने साथ रख सकते हैं।

वह आपकी हमेशा सहायता करेंगे और अपने सहयोग के द्वारा आपका जीवन सुखमय और सम्पन्न बना देंगे।

इन देवदूतों को साथ रखने के लिये किसी प्रकार के जप तप, यंत्र तंत्र मंत्र, साधना की आवश्यकता नहीं है। केवल थोड़े से अभ्यास कोई भी व्यक्ति इनको बराबर अपने साथ रख सकता है। यह बराबर अपना कर्त्तव्य पालन करेंगे।

ईश्वर ने इनका जन्म मनुष्य के लिये किया है।

मनुष्य के अलावा संसार के किसी अन्य प्राणी के लिये इनकी सेवाएं नहीं है। मनुष्य ही इनको अपने साथ रख सकता है। यह देवदूत अद्भुत हैं। इनकी अलौकिक शक्तियां चमत्कारी है। इनको अपने साथ बराबर रखने के लिये केवल थोड़े अभ्यास की आवश्यकता पड़ती है। आप यत्न कर उनको अपना गुलाम बना सकते हैं।

इनको अपने वश में रखिए। फिर देखिए आपका जीवन कितना आनंदमय हो जाता है। यह दो देवदूत आपके जीवन में क्रांतिकारी परिवर्तन ला देंगे। डेविड बर्न्स के कथन से मैं सर्वथा सहमत हूं कि कदम-कदम पर हमें अपने जीवन में ईश्वर प्रदत्त इन दो देवदूतों की आवश्यकता पड़ती है। जब यह हमारे साथ रहते हैं, तो हम नाना प्रकार की हानियों से अपनी रक्षा कर लेते हैं। इनका साथ न रहने के कारण यदाकदा हमको बड़ी हानि उठाना पड़ती है।

आप भी इनको साथ रखें। फिर देखें इनका चमत्कार।

सैंयुअल अपने कार्यालय में वैठा बार बार एक टेलीफोन नंबर मिला रहा था।

नंबर न मिल रहा था।

उसकी कंपनी के शेयरों का भाव बाजार में गिर रहा था। अपनी कँपनी की गिरती साख से वेहद उत्तेजित था।

अपने खास ब्रोकर (दलाल) से वह बात करना चाहता था। उसी का नंबर था यह। मिल न रहा था।

बार-बार 'खाली नहीं' की 'ध्वनि' आ रही थी। आठ-दस बार ऐसा हो गया। सैमुअल की उत्तेजना बढ़ती गयी। उमका धैर्य समाप्त हो गया।

"साला ! कितनी देर टेलीफोन पर बात करता है। मेरी कंपनी का दीवाला निकल रहा है। उसे फिकर नहीं।"

और सैमुअल ने फोन उठाकर पटक दिया।

फोन तेजी से नीचे जा गिरा। तड़ाक से दो टुकड़े हो गया। सैमुअल पसीना-पसीना हो गया। उत्तेजना बढ़ गयी। सांसें तेज हो गयी। देखते-देखते वह बेहोश होकर लुढ़क गया। कंपनी के शेयर और गिर गये। भारी घाटा हो गया। कई दिन बीमार रहा सो अलग। उसकी बीमारी के कारण दलाल कोई निर्णय न कर सका। सैंमुअल चोट खा गया।

कैथराइन एक एक्सपोर्ट कंपनी की डायरेक्टर थी। उसे एक फर्म को जरूरी आर्डर देना था। सारा माल तैयार था। केवल उस फर्म का माल आना शेष था। आते ही शिपिंग के लिये जाना था। समय कम था। दो लाख डालर का माल आज ही रवाना करना था। अतएव एक-एक मिनट कीमती था।

वह फर्म का फोन बार-बार मिला रही थी।

मिल न रहा था।

एक वार···दो वार कई वार एक बार वही खाली नहीं की टोन। इसके वावजूद कैथराइन के होठों मुस्कान थी।

वह अब भी उत्तेजित न थी। बस। थोड़ी-थोड़ी देर में यत्न कर रही थी।

पन्द्रहवी वार फोन मिल गया।

उस फर्म से विना कोई शिकायत किये, तुरन्त माल भेजने का आदेश दिया। अपने काम में लग गयी। उसका माल समय पर रवाना हो गया।

सैमुअल और कैथराइन में किसका व्यवहार आपको अच्छा लगा ?

आप अवश्य ही कैथराइन को कहेंगे।

कैथराइन का जीवन सुखी सम्पन्न है। उसने धैर्य को अपना साथी बना रहता है। धैर्य नहीं छोड़ती। उत्तेजना से बचने के लिये संयम को अपना बना रखा है।

संयम !

धैर्य !

यह मनुष्य के दो महान गुण हैं। डेविड वर्न इनको देवदूत मानता है और वह इन दो देवदूतों को सदा अपने साथ रखता है। आशय यह है कि वह हमेशा धैर्य और अक्ल से काम लेता है। कुछ भी स्थिति आ जाये वह इनसे विचलित नहीं होता है। इनको सदा अपने पास रखता है। आखिर सैमुअल को उत्तेजना से क्या मिल गया ?

टेलीफोन टूटा, बीमार पड़ा। अपना नुकसान किया। कुछ देर और रुक जाता। दलाल से बात करता। शायद शेयर गिरने का सिलसिला रुक जाता। एक क्षणिक उत्तेजना के कारण उसने अपना कितना नुकसान कर लिया। इसके विपरीत कैथराइन ने कैसे संयम से काम लिया...संयम और धैर्य किस प्रकार आपकी रक्षा करते हैं।

सुकरात को कौन नहीं जानता वह अपने समय का महान उपदेशक था। सुकरात, यद्यपि नंगे पैर फिरता था और उसने चालीस वर्ष की आयु होने पर भी एक उन्नीस वर्ष की लड़की से विवाह किया था, तो भी वह एक शानदार वृद्ध बालक था। उसने ऐसा काम कर दिखाया जो सारे इतिहास में केवल मुट्ठी भर मनुष्य ही कर पाते हैं। उसने मानव विचार धारा को सम्पूर्ण बदल दिया है और आज, उसकी मृत्यु की तेईस शताब्दी बाद, इस संसार को प्रभावित करने वाले अतीव ज्ञानी प्रवर्तकों में से एक के रूप में उसका सम्मान हो रहा है। उसके काम करने की रीति क्या थी ? क्या वह लोगों से कहता था कि तुम गलती पर हो ? अरे, नहीं, सुकरात ऐसा नहीं कहता था। वह ऐसी भूल नहीं कर सकता था। उसका सारा गुर, जो अब "सुकरात की रीति" कहलाता है, 'हां,' 'हां' उत्तर लेने पर आश्रित था। वह ऐसे प्रश्न पूछता था जिनके साथ उसके विरोधी को सहमत होना पड़ता था। वह एक भूल-स्वीकृति के बाद दूसरी और दूसरी

के बाद तीसरी प्राप्त करता जाता था, यहां तक कि 'हां, हां' का ढेर लग जाता था। वह प्रश्न पूछता जाता था। यहां तक कि अंत में उसका विरोधी, प्रायः विना अनुभव किए, अपने को एक ऐसे परिणाम से चिमटा हुआ पाता था जिसे मानने से उसने कुछ ही क्षण पहले वड़ी कड़ुवाहट के साथ इनकार कर गया होता था।

अगली वार जव हमारे जी में किसी मनुष्य को गलती पर कहने की खुजली उत्पन्न हो, तो हमें सुकरात का स्मरण कर एक कोमल प्रश्न—ऐसा प्रश्न जो 'हां, हां' उत्तर लायेगा - पूछना चाहिए।

चीनियों के यहां एक कहावत है जो पूर्व के युगों की पुरानी निर्विकार बुद्धिमत्ता से भरी हुई है—"जो नरमी से पांव रखता है, वह दूर अवश्य पहुंचता है।"

सुसंस्कृत चीनियों ने मानव-प्रकृति का अध्ययन करने में पांच सहस्र वर्ष लगाए हैं और उन्होंने वहुत बुद्धि इकट्ठी कर ली है—"जो नरमी से पांव रखता है वह दूर तक पहुंचता है।"

संसार में प्रत्येक व्यक्ति सुख ढूंढ़ता है और उसको पाने का एक निश्चित मार्ग है। वह है अपने विचारों को वश में करना। सुख वाह्य अवस्थाओं पर निर्भर नहीं करता है। इसका निर्भर भीतरी अवस्थाओं पर है।

आपके पास क्या है ? आप कौन है ? आप कहां है ? आप क्या कर रहे हैं ? ये वातें आपको सुखी या दुःखी नहीं वनातीं। आप जो कुछ सोचते हैं, उसी पर आपका सुख-दुःख निर्भर करता है। हो सकता है कि दो मनुष्य एक ही स्थान में हों और एक ही काम कर रहे हों; दोनों के पास धन और अधिकार एक समान हों—तो भी एक दुःखी हो और दूसरा सुखी हो। कारण ? क्योंकि दोनों का मानसिक भाव एक नहीं। मैंने चीन की विनाशकारी गर्मी में रक्त और पसीना एक करते हुए, चीनी कुलियों में उतने ही सुखी मुखमण्डल देखे हैं जितने कि मैं पुष्प-वाटिका में टहलते हुए लोगों के देखता हूं।

महाकवि शेक्सपीयर का कथन है, "कोई वस्तु अच्छी या वुरी नहीं, विचार ही उसे वैसी वना देते हैं।"

मैंने पढ़ा है कि लिङ्कन ने एक वार कहा था कि "अधिकांश लोग

प्रायः उतने सुखी होते हैं, जितना सुखी होने का वे निश्चय कर लेते हैं।"—यह कथन ठीक ही है। इस सत्य का एक उज्ज्वल दृष्टान्त मैंने थोड़े दिन हुए देखा। न्यूयार्क में लॉङ्ग आइलेंड स्टेशन की सीढ़ियां चढ़ रहा था। मेरे ठीक सामने तीस चालीस लूले लड़के छड़ियों और वैसाखियों के सहारे ऊपर चढ़ रहे थे। एक लड़के को तो उठाकर ऊपर ले जाना पड़ा। उनका हास्य और उल्लास देखकर मुझे बड़ा आश्चर्य हुआ। इन लड़कों के प्रबंधक से मैंने इस विषय में चर्चा की। उसने कहा, "अरे, ठीक है, जब लड़का अनुभव करता है कि मैं आयु भर के लिए लूला हो रहा हूं, तो पहले तो उसे बड़ा धक्का पहुंचता है; पर; धक्के का प्रभाव दूर होते ही, वह सामान्यतः अपने को भाग्य पर छोड़ देता है और तब स्वाभाविक लड़कों से भी अधिक सुखी हो जाता है।"

मेरा मन उन लड़कों को प्रणाम करने का होता था। उन्होंने मुझे एक ऐसी शिक्षा दी जिसे, मुझे आशा है, मैं कभी न भूलूंगा।

कल जब आप किसी से कोई काम कराने का यत्न करें तो इस बात को न भूलें कि धैर्य संयम से काम लेना है। यदि आप चाहते हैं कि आपका बेटा सिग्रेट पीना छोड़ दे, तो उसे उपदेश मत कीजिए। जो कुछ आप चाहते हैं, उसकी बात मत चलाइए; पर उसे बतलाइए कि सिग्रेट पीने से तुम कहीं फुटबाल टीम में खेलने या सौ गज की दौड़ जीतने में असमर्थ न हो जाओ? वह घबरा जायेगा। आपका धैर्य रंग लायेगा।

इस बात को स्मरण रखना बहुत अच्छा है, चाहे आप बालकों के साथ व्यवहार कर रहे हों, चाहे बछड़ों के साथ और चाहे बन्दरों के साथ। महात्मा इमर्सन और उसका पुत्र एक दिन एक बछड़े को बाड़े में ले जाने का यत्न कर रहे थे, पर वही भी वही भूल कर रहे थे जो प्रायः लोग किया करते हैं, वे केवल उसी बात के बारे में सोचते थे जिसकी उन्हें आवश्यकता थी। इमर्सन धकेलता था और उनका पुत्र खींचता था। बछड़ा ठीक वही करता था, जो वे करते थे; वह केवल उसी के बारे में सोचता था जो वह चाहता था। इसलिए उसने अपनी टांगें अकड़ा लीं और निकलने से इनकार कर दिया। नौकरानी ने उनकी यह दुर्दशा देखी। वह इमर्सन की भांति निबंध और पुस्तकें लिखना नहीं जानती थी;

फिर भी वह समझ गयी बछड़ा क्या चाहता है ? अतः उसने माता की तरह अपनी उंगली बछड़े के मुंह में डाल दी। बछड़ा उसे चूसने लगा और वह फिर उसे धीरे-धीरे बाढ़ के भीतर ले आई।

जबसे आपका जन्म हुआ है तब से लेकर आपने जो भी काम कभी किया है, उसका कारण यही है कि आप कुछ चाहते थे। एक व्यक्ति ने अस्पताल को एक सहस्र रुपया दान दिया था। क्या आवश्यकता थी ? हां, यह भी इस नियम का अपवाद नहीं। उसने अस्पताल को एक सहस्र रुपया इसलिए दिया क्योंकि वह सहायता करना चाहता था एक सुन्दर, स्वार्थरहित, पुण्यकर्म करना चाहता था, जो दुःखियों और दरिद्रों की सेवा करता, है वह भगवान की ही सेवा करता है।

यदि उसको जितनी चाह एक सहस्र रुपये की है उससे अधिक चाह उस पवित्र भावना की न होती, तो वह कभी दान न देता। हो सकता है कि उसने इसलिए दान दिया हो कि इनकार करते हुए उसको लज्जा होती थी, या उसके किसी ग्राहक ने उससे दान देने को कहा था। परन्तु एक बात निश्चित है। उसने इसलिए दान दिया क्योंकि कुछ चाहता अवश्य था।

प्रोफेसर हेनरी ए० ओवरस्ट्रीट अपनी ज्ञानवर्धक पुस्तक, "मानवीय व्यवहार को प्रभावित करना" में लिखता है—"हम जिस वस्तु की मूलतः कामना करते है उसी से कर्मकी उत्पत्ति होती है"···और भावी प्रोत्साहन के या कनवेसरों के लिए, चाहे व्यापार-धंधा, चाहे घर, चाहे स्कूल या राजनीति हो, सर्वोत्तम उपदेश यह है—"पहले, दूसरे व्यक्ति में उत्कट चाह उत्पन्न करो। जो यह कर सकता है उसके साथ सारा संसार है। जो यह नही कर सकता, वह निर्जन मार्ग पर चलता है !"

अमेरिका का धन-कुबेर एन्ड्र्यू कारनेगी दरिद्रता का मारा लड़का था। उसने दो पैसे प्रतिदिन पर काम करना आरम्भ किया था, पर जीवन के अंत में डेढ़ अरब के लगभग रुपया दान में दिया था। प्रारंभिक जीवन में ही उसने यह समझ लिया था कि लोगों को प्रभावित करने की एकमात्र रीति यह है कि जो कुछ दूसरा व्यक्ति चाहता है उसी के अनुसार बातचीत की जाय। वह केवल चार वर्ष स्कूल गया था, फिर भी उसने लोगों से काम लेना सीख लिया।

एक उदाहरण लीजिए। उसकी साली अपने दो पुत्रों की चिन्ता में रुग्ण हो गई। वे येल नगर में पढ़ रहे थे। वे अपने काम में इतने लीन थे कि घर चिट्ठी तक न लिखते थे, और अपनी माता के पत्रों पर कुछ भी ध्यान न देते थे। इसने वह बहुत दुःखी रहती थी। कारनेगी ने उनके साथ सौ डालर की शर्त लगाई कि मैं बिना कहे ही, लौटती डाक से, उत्तर मंगा सकता हूं। उसकी शर्त स्वीकार कर ली गई। इस पर उसने उन लड़कों को एक गप-शप से भरी हुई चिट्ठी लिखी और उसकी समाप्ति पर नीचे से लिख दिया मैं प्रत्येक को पांच-पांच डालर का चेक भेज रहा हूं।

परन्तु उसने चिट्ठी के साथ चेक नहीं भेजा। इस पर लौटती डाक से उत्तर आ गया कि चैक नही आये हैं।

देखा कारनेगी ने कैसी कुशलता से काम लिया। इसी कारण धैर्य महान है।

अतएव इनको देवदूत कहना ठीक है।

ईश्वर द्वारा प्रदत्त यह दो गुण प्रत्येक मनुष्य के पास हैं। वह इनका उपयोग कर सकता है। केवल अभ्यास की आवश्यकता है।

अपने आसपास के जीवन में आपने देखा होगा या ऐसे कई लोगों को आप जानते होंगे, जब वह क्रोध में आकर आसमान सिर पर उठा लेते है। घर के सामान की तोड़-फोड़ करने लगते है···आखिर इससे किसका नुकसान है···उनकी अपनी ही हानि है। पत्नी बच्चों या नौकरों की पिटाई कर वह उनमें भविष्य के तनावपूर्ण संबंध बना लेते हैं···क्या इससे लाभ है ?

कभी उत्तेजना से काम न ले।

धैर्य और सयम का दामन पकडे रहें। किसी भी समस्या का हल उत्तेजना, क्रोध नही है। शांतभाव से ही उसका हल खोजा—पाया जा सकता है।

इसके विपरीत धैर्य खोने पर, संयम खोने पर समस्या और उलझ जाती है। उलझन के कारण उसके और भी भयानक परिणाम सामने आ सकते हैं। समय भी लंबा लग सकता है। जो बात धैर्य संयम से काम लेने से उसी समय सुलझ जाने वाली हो, वही महीनों के लिये सिर दर्द बन

सकती है।

इन देवदूतों को साथ रखें। आपका जीवन सुखमय रहेगा।

डेविड वर्न का कहना यही है कि यह देवदूत केवल मनुष्य के लिये ईश्वर ने बनाये है। मनुष्य के अलावा यह गुण किसी और प्राणी में नहीं है। आप स्वयं इस तथ्य को परख सकते है। जब ईश्वर ने आपको यह दो देवदूत दिये है, तो आप इनको अपने पास रखकर उनकी सेवाओं का लाभ क्यों नही उठाते है?

धैर्य से काम ले।

संयम बनाये रखें। इन दोनों का संगम मनुष्य का जीवन सुखमय बना देता है। इस सत्य से आप इंकार नही कर सकते है। आप इनको अपने जीवन में अपनायें। फ्रैंकलिन क्रोध करना जानता न था। वह सदा शांत रहा करता था। जोसेफ कभी अपना संयम न खोया करता था। दोनों ने दीर्घायु भोगी। उत्तेजना और क्रोध के कारण मनुष्य का खून खौलने लगता है। खून का खौलाव आयु कम करता है। शरीर को दुर्बल बनाता है। शरीर से पूर्ण स्नायुओं पर बेहद प्रभाव पड़ता है। इस बात को भी खतरा रहता है कि कोई नस भी फट सकती है।

क्रोध आदमी को पागल बना देता है।

धैर्य खो देने वाला उत्तेजना घबराहट में आकर कुछ भी कर सकता है। उस समय दिमाग खत्म हो जाता है। आदमी राक्षस बन जाता है। वह कुछ भी कर सकता है। इसी कारण आये दिन अखबारों में एक से एक रोमांचकारी घटनाएं सामने आती है। मानव हत्या कर डालता है। धैर्य संयम खो देने वाला आदमी ही इस प्रकार की घटनाएं करता है।

डेविड वर्न ने कहा था, एक आदमी अपनी पत्नी को आपत्तिजनक अवस्था में देखता है तो वह निश्चय ही खून खौलाकर उत्तेजित हो जायगा और दोनों की हत्या भी कर सकता है। ऐसा करता है तो क्या वह कानून से बच सकता है!

वह पकड़ा जायेगा। उसको सजा मिलेगी।

क्या लाभ पाया उसने।

अपना भी जीवन बरबाद कर लिया।

इसके विपरीत अगर वह संयम से काम लेता। चुपचाप लौट जाता।

पत्नी का साथ हमेशा के लिये छोड़ देता तो उसका जीवन बचा रहता।

जोनायन ऐसा ही युवक है। उसने ऐसा ही किया था। मैंने पूछा, "तुमने क्या सोचकर ऐसा किया।"

उसने हंसकर कहा था 'अपना पैर सलामत है, तो जूते हजार मिलेंगे।"

देखा। कितने पते की बात है यह। इस प्रकार संयम से काम लेकर जोनाथन परम प्रसन्न है।

विलसन ने एक अच्छी बात कही है—मनुष्य को सब ज्ञान है, उसमें सभी प्रकार की ज्ञान शक्तियां हैं। फिर भी वह अज्ञानता भरे कार्य करता है। स्वभाव इसका कारण है। हम अपने जीवन में प्रत्यक्ष देखा करते हैं कि मनुष्य का जब उसका कोई परिचित या निकट का रिश्तेदार मर जाता है तो शवयात्रा के समय से लेकर उसके अंतिम संस्कार तक वैराग्य संसार की असारता पर बड़े चाव से बात करता है। घर आकर उसी मायामोह में फंस जाता है। श्मशान से वापस लौटने के बाद क्या कभी किसी ने वैराग्य लिया है। संसार आसार जानकर क्या उस प्रकार का व्यवहार करना शुरू कर दिया है। नहीं, प्रकार मनुष्य को सब ज्ञान है। अपना अच्छा बुरा वह खूब समझता है, पर इसके बावजूद वह इस प्रकार के कर्म करता है। इसका कारण उसका अपना स्वभाव है। आदमी अपनी आदत से लाचार है।

निश्चय ही आप इस कथन से सहमत होंगे !

अपनी आदतें छोड़िए।

अपने में परिवर्तन लाइए। आप इस प्रकार का व्यवहार करेंगे तो आपका जीवन स्वयं ही सुखमय हो जायेगा। तब आप अलौकिक शक्तियों के स्वामी बन जायगे।

भगवान की इस मधुर लीला भूमि पर अतीत को सार्थक बनाकर लाभ उठाने का केवल यही उपाय है कि हम धैर्य के साथ अपनी बीती भूलों का विश्लेषण करें, उनसे लाभ उठायें और उन्हें बिल्कुल भुला दें। यह ठीक है कि कुछ क्षण पूर्व हुई किसी घटना के प्रभाव को किसी सीमा तक हम कम कर दें किन्तु उसे सर्वथा बदल तो नहीं सकते। बात शत प्रतिशत ठीक है किन्तु आप सोचेंगे कि, "क्या इसके अनुसार आचरण

करने का साहस और विवेक मुझमें है ?"

आपके इस प्रश्न के उत्तर में कई वर्ष पूर्व का एक अनुभव डेल कारनेगी के ही शब्दों में प्रस्तुत है – "एक बार मैंने बिना लाभ तीन हजार डालर की रकम को 'स्वाहा' कर दिया। बात यह थी कि मैंने प्रौढ़ शिक्षा के लिए एक विशाल केन्द्र की स्थापना की थी। विभिन्न नगरों में उसकी विभिन्न शाखाएं खोलीं और उसके प्रचार एवं ऊपरी देखरेख के लिए धन का खर्च किया। पढ़ाने में व्यस्त रहने के कारण अर्थ व्यवस्था पर ध्यान देने के लिए मेरे पास समय ही न था और न ऐसा करने की कोई मन में इच्छा थी। इस बारे में मैं इतना लापरवाह रहा कि आय-व्यय का हिसाब रखने के लिए किसी प्रवीण मैनेजर की आवश्यकता भी मैंने अनुभव नहीं की। अन्ततः एक वर्ष के पश्चात् मुझे गम्भीर एवं दिल दहला देने वाले तथ्य का ज्ञान हुआ कि बहुत आय होने पर भी लाभ के नाम पर एक कौड़ी भी हमारे पास न बची थी। इस तथ्य का पता चल जाने पर मुझे दो बातें करनी चाहिये थीं—एक तो वह, जो हब्शी वैज्ञानिक जॉर्ज वाशिंगटन कारवर ने बैंक में चालीस हजार डालर गवा देने पर की थी। जब उसे पूछा गया कि आपको अपने दिवालिया हो जाने की बात मालूम है ? तो उसने बड़े सहज भाव से उत्तर दिया, "हां सुना तो है।" यह कहकर वह फिर से अपने अध्यापन कार्य में व्यस्त हो गया। उसने उस हानि को सदा के लिए मन से निकाल दिया था। दूसरी बात जो मुझे करनी चाहिए थी वह यह थी कि मुझे अपनी भूल का विश्लेषण कर उससे सदा के लिए शिक्षा ग्रहण करनी थी।

स्पष्ट बात यह है कि मैंने उन दोनों बातों में से एक भी नहीं की, बल्कि चिन्ता में गोते खाने लग गया और कई महीनों तक उलझन में पड़ा रहा। मेरा वजन कम हो गया और नींद उड़ गई। इतनी बड़ी भूल से शिक्षा ग्रहण करने के बदले मैं फिर उसी प्रकार लेकिन कुछ छोटे पैमाने पर भूल कर बैठा। मुझे उस सारी मूर्खता पर सोचते हुए बड़ा क्लेश होता है। मैंने बहुत पहले हां समझ लिया था कि दूसरों को शिक्षा देना सरल है किन्तु उसी शिक्षा के अनुरूप खुद आचरण करना अत्यन्त कठिन है। कितना अच्छा होता यदि मुझे भी न्यूयार्क के जार्ज वाशिंगटन हाई स्कूल में अध्ययन करने का सौभाग्य प्राप्त होता और वह भी श्री ब्रान्डवाइन के

ली, उतनी उच्च विश्व-विद्यालय के चार वर्षों के अध्ययन के दौरान सी भी अन्य बात से नहीं मिली। उससे मुझे शिक्षा मिली कि यथा संभव नि से सावधान रहा जाये किन्तु इतने पर भी हानि हो ही जाये तो उसे क़दम भुला देना चाहिए।

स्वर्गीय फ्रेड फुलरशेड में पुराने सत्यों को नवीन तथा आकर्षक ढंग प्रकट करने की प्रतिभा थी। वे फिलडेल्फिया बुलेटिन के सम्पादक थे। क बार कालेज के भावी स्नातकों के सामने प्रवचन करते हुए उन्होंने श्न किया 'आप में से कितने ऐसे हैं जिन्होंने कभी लकड़ी चीरी हैं ? जरा पने हाथ उठा दो।'

उन्होंने देखा कि बहुतों ने लकड़ी चीरी थी।

तब उन्होंने दूसरा प्रश्न किया—आपमें से कितने ऐसे हैं जिन्होंने खेतों धान की जगह धूल बोई है ?

तब किसी ने हां नहीं की।

मि० शेड ने कहा—स्पष्ट है कि कोई खेतों में धूल नहीं बो सकता। ह तो पहले से ही वहां मौजूद है। अतीत के साथ भी कुछ ऐसी ही बात । जब आप गड़े मुर्दे उखाड़ने लगते हैं, तो आप धूल बोने का प्रयास रते हैं।

जब बेसबॉल के प्रसिद्ध खिलाड़ी वृद्ध कोनीमेक इक्यासी वर्ष के थे तब उससे पूछा गया कि "क्या आप कभी अपनी हार पर चिन्ता करते थे ?"

"हां करता था" कोनीमेक ने कहा, "कई वर्ष हुये मैं इस मूर्खता से त हो चुका हूं। मैंने जान लिया कि चिन्ता से कोई प्रगति नहीं हो ती है। जो बीत चुका है, वह लौट कर कभी नहीं आता है।"

बीते को पुनः प्राप्त करने के व्यर्थ प्रयास में आप केवल अपने चेहरे झुर्रियां डाल सकते हैं तथा रोग के शिकार बन सकते हैं।

'थैंक्सगिविंग' समारोह के अवसर पर जेक डेम्पस के साथ भोजन ते समय उन्होंने एक घटना का वर्णन सुनाया, जिसमें वे हेवीवेट चेम्पि-शिप की स्पर्धा में टूने से मात खा गये थे। उनके अहं को आघात गना स्वाभाविक था।

उन्होंने बताया—"उस संघर्ष के दौरान में मुझे एकाएक लगा कि द्ध हो चला हूं…।"

दस वार कुश्ती हुई तव तक तो मैं टिका रहा किन्तु उसके पश्चात् टिक नहीं सका। मेरे चेहरे पर सूजन आ गई थी और वह जगह-जगह से कट गया था। मेरी आंखें लगभग वन्द हो चुकी थीं। मैंने देखा कि रेफरी ने जेक टूने का हाथ ऊपर उठाकर उसे विजयी घोषित कर दिया है। मैं विश्व चैंम्पियन नहीं रहा।

वरसते पानी में भीड़ को चीरता हुआ मैं अपने ड्रेसिंग रूम में चला गया। जव मैं भीड़ में से गुजर रहा था कुछ लोगों ने मेरा हाथ थाम कर सहानुभूति प्रदर्शित की तो कुछ लोगों की आंखों में आंसू थे।

"एक वर्ष के पश्चात् टूने से मैं फिर लड़ा पर व्यर्थ ! मैं हार चुका था। उस चिन्ता से मुक्त होना मेरे लिये कठिन हो गया। तव मैंने मन ही मन निश्चय किया कि गड़े मुर्दे उखाड़ने से कोई लाभ नहीं ! बीती घटनाओं पर आंसू नही वहाऊंगा। पराभव के धक्के को मैं झेल लूंगा।"

जेक डेम्पसी मन ही मन दुहराता रहा कि मैं गड़े मुर्दे नहीं उखाड़ूंगा उसने अपनी पराजय को स्वीकार कर भुला दिया। भावी कार्यक्रम पर अपना ध्यान केन्द्रित कर उसने ब्रोडवे पर जेक डेम्पसी रेस्त्रां चलाया, तथा ५७ वीं स्ट्रीट पर ग्रेट नोदर्न होटल खोला।

उसने घूंसेवाजी के प्रदर्शन तथा कुश्तियों की स्पर्धा का प्रचार करने में अपने को लगा दिया। वह अपने रचनात्मक कार्यों में इतना व्यस्त रहने लगा कि अतीत को याद करने तथा उस पर विचार करने का समय ही नहीं मिलता था।

जेक डेम्पसी ने कहा—"गत चार वर्षों से मेरा जीवन चैम्पियनशिप के जीवन से कही अधिक सुखी है। जव मैं इतिहास तथा आत्म कथाएं पढ़ता हूं तथा अत्यन्त कठिन परिस्थितियों में लोगों को अपनी चिन्ताएं एवं विपदाओं को भुलाकर सुखी जीवन व्यतीत करते देखता हूं तो हर वार चकित रह जाता हूं तथा उनसे प्रेरणा प्राप्त करता हूं।"

"एक वार मैं सिगसिग गया और वहां देखा कि कैदी आम लोगों के समान ही सुखी हैं। इस वारे में मैंने सिगसिग के वॉर्डर लेविस ईलॉज से वातचीत की। उसने वताया कि जव ये अपराधी पहली वार जेल में आते हैं तो क्षुब्ध और दुखी रहते हैं किन्तु कुछ महीनों के पश्चात् अधिकांश जिनमें कुछ वुद्धि है, अपने दुर्भाग्य को भुला देते हैं, अपने को उस जीवन

में ढाल लेते हैं और उसे स्वीकार कर लेते हैं। सुखी बनने का प्रयास करते है।

बॉर्डन लॉज ने एक सिगसिग के एक कैदी का हाल सुनाया, जो माली था और जेल में सब्जी उगाते तथा फूल लगाते समय गाता रहता था। सिगसिग के उस कैदी में अन्य लोगों से अधिक विवेक था। वह जानता था कि विधाता लेख लिखता है और लिखता ही रहता है। आपकी समस्त पवित्रता एवं बुद्धि आधी पंक्ति मिटाने के लिये भी उसे ललचा नहीं सकती। विधाता के लिखे अंकों में से एक को भी आपके आंसू नहीं धो सकते। अतः व्यर्थ ही आंसू क्यों बहाये जायें। यह सच है कि हम बहुत-सी भूलें तथा मूर्खतायें करते हैं, यह हमारा दोष है तो क्या हुआ?

किसने यह सब किया? नेपोलियन जैसा व्यक्ति भी अपनी जीती हुई लड़ाइयों में से एक तिहाई में हार गया था। औसतन हमारे प्रयत्न नेपोलियन के प्रयत्नों से बुरे नहीं बैठते। यह तो निर्विवाद है कि शक्तिशाली राजा भी टूटी को फिर से नहीं जोड़ सकता चाहे वह अपनी पूरी ताकत ही क्यों न लगा दें। अतः यह स्मरण रहना चाहिये कि किसी भी बात का बतंगड़ न बनाया जाये। साथ ही याद रखें कि—प्रसन्नता से काम में लीन रहने से आनन्द की प्राप्ति होती है।

फ़िक्र, चिन्ता, ईर्ष्या, घृणा, प्रतिशोध—यह सब भय से ही उत्पन्न हैं, उसी की सन्तान हैं, भय के थोड़े से बीज बोकर भी आप अपने मन में अनेक घातक और विषैले जंगली पौधों को स्थान देते हैं। भयग्रस्त लोगों के मस्तिष्क के सेल्ज में निश्चित रूप ऐसा होना लगता है। भय और चिन्ता हमारे रक्त और नाड़ी-संस्थान में विष पहुंचाते हैं। कुछ रासायनिक परिवर्तन होते हैं। हमारा स्वास्थ्य नष्ट हो जाता है। हमारा मस्तिष्क स्वस्थ रूप में कार्य नहीं कर पाता। हमारा मन सम्भावित संकटों की घटनाओं से घिर जाता है, धुंधला जाता है और उसकी विचार-शक्ति नष्ट हो जाती है।

मस्तिष्क को शुद्ध रक्त अवश्य मिलना चाहिए। यदि उसे शुद्ध रक्त न मिले तो वह अपना कार्य भली-भांति सम्पन्न नहीं कर सकता और वह सर्वोत्तम विचार देने में नितान्त असमर्थ हो जाता है।

अनेक लोग तनिक अस्वस्थ होते ही भय और चिन्ता से अपने स्वास्थ्य को और भी बिगाड़ देते हैं। उनके भय और चिन्ता के भाव रोग को